

<<这样学习最有效>>

图书基本信息

书名：<<这样学习最有效>>

13位ISBN编号：9787530944097

10位ISBN编号：7530944096

出版时间：2005-7

出版时间：天津教育

作者：戴维思

页数：193

字数：130000

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;这样学习最有效&gt;&gt;

## 前言

初次看到思达迪学习法几个字，还以为思达迪是个人名，思达迪学习法是思达迪创造的学习方法。

看了介绍，才知道，思达迪学习法其实就是学习方法(Study Methods)的一种译音。不过，这里把学习翻译成“思达迪”，也很有意思。

思达迪就是通过思考，达到获得启迪的效果，这不就是学习的目的吗？很多人把学习仅仅理解为知道或者记住大量的知识，而很少从思考上去下工夫，结果是并没有通过学习获得人生智慧和生活能力，这是应该引起世人警醒的问题。

这是由翻译而想到的。

由学习法，不能不想到学习问题，这也是知微见著吧。

现在，我们国家把学习提到了一个前所未有的高度。

过去说“活到老，学到老”，现在说“终生学习”(Lifelong Learning)。

新闻里不是报道一位70多岁的退休老同志参加了高考吗？四川一位农村青年在家人的帮助下，和他的儿子一同上小学，补习文化，这些在过去不可能听到的事，现在能听到。

过去把学习看成是只能发生在学校的事情，现在则不同了，什么学习型家庭、学习型组织、学习型企业、学习型城市、学习型社会，不仅个人要学习，社会也要学习，于是出现了“社会学习”这样一个概念。

我们的国家领导人也响亮地提出：“21世纪的中国应该成为人人皆学之邦。”

“号召”学习，学习，再学习”，把学习问题看做是一个“战略问题”，这些的确是前所未有的。

这是社会发展的结果。

社会的飞速进步，需要人们强化学习的意识，强化学习的能力。

在这样一个前所未有的时代，人们的学习热情也达到了前所未有的程度。

然而，要使学习成为推动社会进步和个人发展的有效手段，光有学习的热情和积极性还是不够的，还需要什么？还需要科学的精神，需要科学的学习。

中国的文化传统，严格地说，民间的观念，是强调吃苦、勤奋。

从流传下来的故事就可以印证这一点，诸如，凿壁偷光，头悬梁、锥刺骨，三年不窥园，等等。

今天是一个科学昌明的时代，科学观念已深入人心，学习这件事情也不例外。

于是，我国很多学者开始研究学习科学，包括教育部的领导韦钰博士，也提倡学习科学的研究，试图揭示学习的科学规律。

从20世纪初以来，我国的心理学家、教育工作者为此做了巨大的努力。

但是，在我们的教育中，学生学习不科学的现象普遍地存在，学生最大的苦恼就是学习的苦恼。

为什么学习科学在发展，学生的学习仍然没有什么改观？一个重要的原因，就是没有在学习方法和技术上下去下工夫。

我们要把科学转化为现实的生产力，离不开技术的功劳。

学习科学要在教育上发挥效力，同样也需要把它转化成为学习的方法和技术，并且让学生掌握这些方法和技术。

国外根据记忆科学创立了很多“记忆术”，我们也不妨把学习的方法和技术称之为“学习术”。

戴维思先生的这本书，就是一本很好的学习术的著作。

学习术的特点，就是它有很强的操作性，很实用。

教你一招，就能够产生效力，大大超出你平时的学习效率，所以很多人感到很惊奇，很佩服。

其实，这只不过是对于我们平时太不注重学习方法的探索罢了，我们完全把学习看做是一件苦差事，看做一件纯粹“卖力气”的活儿，一旦你在这方面用点心，就能够大有所获。

我们在教学中，也曾经给那些做教师的学员介绍一些学习术，学员们在使用后，感到收获很大，在升学考试中发挥了重要的作用，他们还常常打电话来表示感谢和赞赏。

这使我们感到，“术”的教育很重要，很多人往往欢迎“术”的教育“胜于”学的教育”，看来，那种重“学”而轻“术”的传统观念该改变了。

## <<这样学习最有效>>

戴维思先生的书，除了实用性强这个基本特点外，还有一个特点，就是它比较系统，涉及了学习的主要方面。

他不仅介绍了学习术，还谈到了学习的心境和学习的环境，这两个"境"也是学习者常常忽视的因素。

学习是学习者在"场"里进行的，"场"对于学习会造成一定的影响。

学习者在"场"里学习时的心境，就是内部的"场"，而学习时所处的环境，就是外部的"场"。

学习者要善于选择、调节学习的"场"，使之有利于学习。

戴维思先生的书，就讲了很多选择和调节"场"的方法。

在学习术的核心部分，即本书的第三章，戴维思先生提出的所谓"沙漏理论"，讲的实际是学习的一个完整的过程，包括阅读、聆听、学习、思考、笔记、记忆和应用。

每个部分又介绍了很多方法和技巧，这可能是最直接最实用的部分。

戴维思先生能够系统地介绍学习过程各个方面的学习术，这是值得称道的。

正是基于上面这样一些认识和自身的教学体会，所以我们非常愿意推荐戴维思的学习法著作，并真诚地希望、也相信它能够给那些对学习抱着极大热情的人们带来切切实实的效果。

这里，从学者的科学精神或良心出发，我们还不得不提醒读者注意，对学习术要抱一个科学的态度。

世上没有什么灵丹妙药，学习术也是如此。

学习术能够发挥作用，并非因为它有什么不可思议的东西，乃是因为它符合学习的科学规律。

理解学习术背后的规律，有助于我们举一反三、灵活运用。

此外，学习术并非一学就灵，还需要你反复使用，达到熟练的程度，才能产生比较明显的效果，仅仅听听介绍，看看书，而不切实地运用，是不能达到你的预期的。

好的东西需要学习，但更重要的是使用。

苏立康 钟祖荣

## <<这样学习最有效>>

### 内容概要

《这样学习最有效》简体中文版自2001年11月出版以来受到了读者的热烈欢迎，上市三天就登上卓越网畅销书排行榜第一名，短短三个月收到2000多封读者来信。

中科院院士赵柏林教授，北京教育学院苏立康教授、钟祖荣教授等众多教育专家高度评价。

《人民日报》、《中国教育报》、《中国青年报》等近百家报纸盛情报道。

北京大学、北京景山学校、上海文汇中学等近百所学校争相邀请戴维思为师生讲课，在全国掀起了一轮学习“学习”的热潮。

2003年，经专家评审，《这样学习最有效》被教育部列为中小学图书馆（室）推荐读物。

本书最大的特色是：直接从学习实例着手，使枯燥的学习理论变成生动的学习过程，并通过活泼有趣的插图、轻松幽默的文字，帮你制定学习策略，让你最大限度地开发潜能。

为了更好地满足国内读者的学习需求，戴维思老师特意对本书进行了全面修订，同时增加“英语左右脑快速学”等内容。

## <<这样学习最有效>>

### 作者简介

戴维思老师毕业于美国柏克莱大学，曾在著名人力资源公司Hay Association担任管理咨询顾问，并先后在华尔街的金融投资公司、外汇投资公司、Holidat Inn集团及希尔顿国际饭店集团担任过资深分析师。

现为戴维思国际学习机构总裁、思达迪学习法亚洲首席顾问，被誉为“新时代学

## <<这样学习最有效>>

### 书籍目录

序一 有效学习离我们有多远 序二 成功学习 序三 让学习变得更有乐趣 前言 24小时改变学习生命 24小时能做什么 戴维思的建议 第一章 学习金三角 从心出发 用对方法, 事半功倍 给自己创造一个好环境 第二章 建立正确的心态 掌握目标的舵与帆 打不倒的乐观 学习的启发, 动机和热情 第三章 学习像沙漏 戴维思沙漏理论 学习技巧SQ4R 浏览——加速阅读效率 复述——强化记忆 有效阅读技巧 有效聆听技巧 做个漂亮笔记——凡写过必留下记忆 有效的思考 记忆技巧 综合应用——学以致用最根本 第四章 创造学习的环境 建立学习环境, 享受学习乐趣 第五章 英语左右脑快速学 英语学习面面观 英文单词快乐玩 一天英语开口说 你的问题我知道 小测验 测测你的学习效果 附录 戴维思做客李敖秘密书房 后记 让生命更精彩

## <<这样学习最有效>>

### 媒体关注与评论

中科院院士赵柏林教授、苏立康教授等教育专家高度赞扬。

《人民日报》、《中国教育报》、《中国青年报》等百家媒体争相报道。

教你行之有效的学习方法，为你构筑学习的“金三角”，助你勇攀学习的“金字塔”！

它有很强的操作性，很实用，教你一招，就能够产生效力，大大超出你平时的学习效率，所以很多人感到很惊，很佩服。

——《中国教育报》 这种记忆方法根据生理学对大脑两个半球分工的研究，提倡了一种有效的锻炼和尝试，使两个半脑能很好地协同工作。

——《中国青年报》 通过有效的大脑锻炼帮助人们最大限度开发潜力，从而大幅地提高学习能力。

你的脑子会越来越灵活，学习越来越轻松。

——《北京青年报》 这本书更多的是非常实效的、触手可及的方法剖析，拿来就能用。

——《北京晚报》

## <<这样学习最有效>>

### 编辑推荐

你梦寐以求的超效学习法： 轻轻松松在30分钟内记住80个重点词，并且顺序不乱、倒背如流

。

在2~3周内记下大量的英文词根和词缀，单词量快速扩充到4000以上。

在4个月的时间复习，轻易地击败你90%的竞争对手，考上理想的大学。

掌握了戴维思的超效学习法，你的脑子会越来越灵活，学习越来越轻松，工作越来越顺利，你的人生将从此发生根本性的变化！



#### 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>