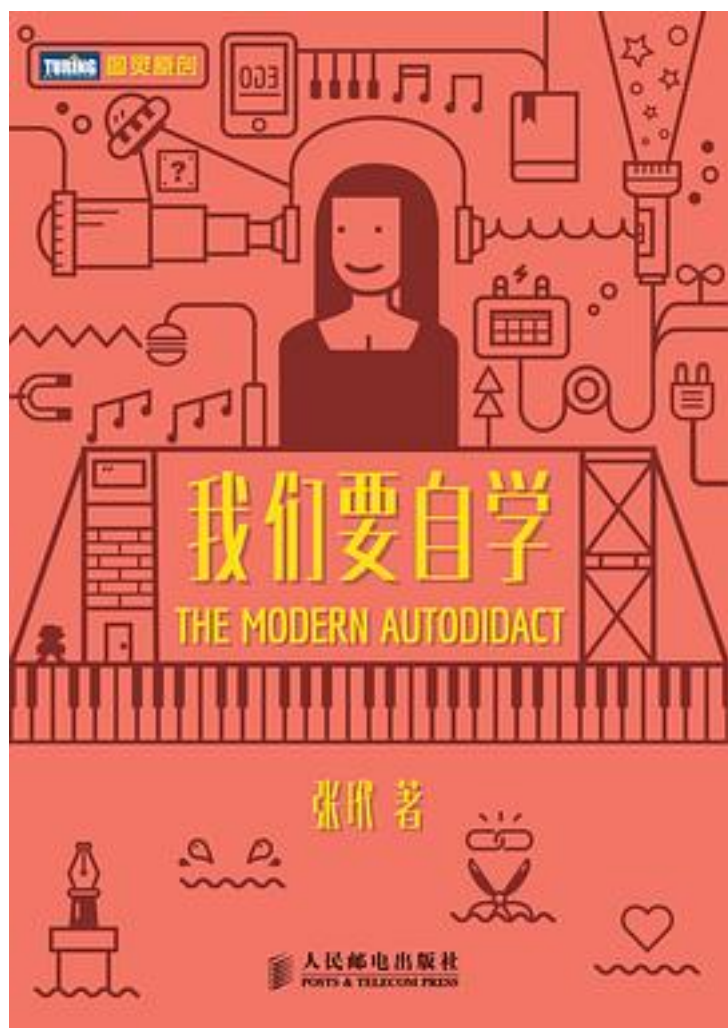


我们要自学



[我们要自学_下载链接1](#)

著者:张玳

出版者:人民邮电出版社

出版时间:2014-12

装帧:平装

isbn:9787115374387

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科技来帮助学习的方法，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。

作者介绍:

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IX DC、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。

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
• • • • •	(收起)

[我们要自学_下载链接1](#)

标签

学习方法

自学

方法论

思维

学习

教育

方法学习

2015

评论

意义不大。主要还是作为学习者自己要有足够的好奇心
洞察力和认知。好奇驱使自己去探索 洞察 尤其是对于自身 以及所处的位置的觉察
推动自己着手去调整 去走出舒适区尝试 这些是最重要的 至于具体的学习方式
因为有驱动力在 总是会不断去学习和优化 并完善起来的。

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

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。

大多数内容适合初级学习人。

要不断寻找合适自己的方法

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。

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

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。

文风和《逻辑思维》有点像。理念不错，但似乎还是有点浮躁。

非常一般

终于抽出时间来看完了，五星给一个先~

很一般

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？

没什么新鲜的东西。

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

之前有尝试过自学但是结果都不太成功，所以看到这本书之后很想看一下。书里想法是挺好的，如果真的要自学的话可以按照里面说的来做，会比现在的状况要好。但是如果有跟着老师去学习的机会还是会选择跟老师学，除非所在的环境找不到老师或者有但是不合适。后面的很长一段时间里都想尽量跟着老师去学，早点学会了，不自己瞎鼓捣。自己去搭建出一套学习计划、反馈机制实在太耗费精力了。入门的时候先跟老师入了门，之后真的想的话可以再去探索。不过！有这么一本书，作者讲出了自己的经历，我觉得还是蛮受用的，其他也没有这样的书。感谢。

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。

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。

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～

自学的方法和理论比较可取

[我们要自学_下载链接1](#)

书评

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...

自学的思路是OK的，金字塔框架和脑内练习，隐式记忆的概念都很好。
总的来说，虽然新意不多（正确的思路本来就那么些），但去除偏激的部分，还是颇为可取的。
一点小问题是，作者幼年时受到的刺激太大了，以致于难以用客观的眼光来评判国内教育。认为高中课程除了考大学没...

这本书是趁世界图书日那段时间当当网打折在买下的，花了两天的时间读完了。在众多的新书中选择这本书，其中最主要的原因是因为，“自学”这两个字，因为当我们想学习某一块知识的时候，很大程度上是靠自学的，大学里即使你所学的专业有老师教，但更多的是靠自学。所以这是促使...

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”...

没错,我也是一个体制叛逆者.可恨我之前太过顺从.
出于对自己学习状态的种种怀疑和试读此书后产生的共鸣,买了此书.
总的来说,这本书给了我一些启发.具体的实施方法,有待接下来自己的执行.
正如作者提到的那样,只有普适的道理,没有普适的方法.
如果一味按照老生畅谈的方法论来约...

在图书馆借了这本小书，边看边记些笔记，我觉得对我而言这本书是有启发的，书中所提到的心流，拖延以及一系列自学方法，都使我想到自己的学习方法。作为一个不太喜欢在课堂上跟着老师走的人，往往宁愿选择自己私下看课本自学，前期往往进度很快，给人一种满足感，但在啃书后期...

[我们要自学_下载链接1](#)