

超速學習



[超速學習_下载链接1](#)

著者:史考特·楊

出版者:方智出版

出版时间:2020-5-1

装帧:平装

isbn:9789861755533

●超速學習法，集合科學實證＋真實案例＋親身經驗！

在這個劇烈變革的時代，成為佼佼者只是一時的，唯有持續不斷自我精進，擁有快速的自主學習能力，才保持領先地位、跟上時局變化。

作者縱覽最新研究，考察其他超速學習者的歷程，並輔導小團隊進行學習計畫，再加上自己的親身經驗，歸結出九大關鍵法則，任何人都能藉此方法成為「超速學習者」，擁抱超乎想像的美好人生！

★再難都能自學成功的「超速學習」九大法則！

1. 後設學習：超速學習者懂得在開始學習前先畫出地圖，也會去學習其他人是如何學會自己想擁有的能力。
2. 專心致志：磨利你的刀，專注投入你想做的事。
3. 直截了當：走最短的路。想學外語，第一天就用新語言跟人聊天，想當程式設計師，就親手設計一款app。
4. 反覆操練：攻擊你最大的弱點，不斷練習。
5. 提取記憶：用測驗來學習。學完後，先寫出你剛才學了什麼，輸出有助於進一步輸入。
6. 意見回饋：別閃避重拳，聽取任何你收到的建言。
7. 保留記憶：別往漏水的桶子裡加水。如何提升記住新資訊的能力，如何防止習得的新知識從腦中溜走。
8. 培養直覺：超速學習者都能用很快的直覺來理解新事物，一旦學會，你會一次學得比一次快。
9. 勇於實驗：往舒適圈外探索大量新方法，你會達成許多意想不到的成就。

作者介绍:

史考特·楊 (Scott H. Young)

今年31歲，28歲之前就因為完成幾項有趣的自學計畫，而聲名大噪，被網友譽為「學神」，包括：用超速學習法一年內學完MIT資訊科學四年課程、一年內學會使用西、葡、中、韓四種語言，一個月學會專業素描肖像畫技巧。目前，這個學習清單仍在不斷追加中。

除了寫作之外，他也是多個線上學習課程教師。

目录:

[超速學習 下载链接1](#)

标签

学习方法

学习

學習

思维

学习效率

心理学

非虚构

职场

评论

看完第一章感觉挺不错的 看的电子版 中文繁体 需要分享的可以私我

原则都不错！直接了当的开始多少就算开始了，一天记一个单词肯定不算！总之没有轻松愉快的学习，我先练好身体调整好情绪好开始发飙高强度学习。

如果是以前的话，我会把书中的九条法则所对应的内容一一记录在笔记本上，但我现在对相应的学习领域有了一定的了解，才发现书中的内容实属浅显，知识地图、专注力与拖延症、用输出倒逼和管理输入、集中训练、回想记忆、费曼等等，一个原则由数个方法组成，看似很多但内容浅，根本达不到深入思考的效用。

这是…… 台湾翻译版？

没干货。

看完了，我脑子好像都知道，可是……

里面讲了许多学习方法，都很实用，也比较科学。

我超速看完这本书是不是说明我学到了（？

这书看内容简介就够了

还没有按照书中方法实践过，只是看上去很有用。

有所启发，不过大多数都是熟悉的学习原理。

赶紧用起来

主要内容——超速学习法：（1）做好计划、选好学习资料；（2）进行专注力训练；（3）从做中学，能直接解决问题，对于难懂的概念，可以使用“费曼学习法”；（4）拆分主题，反复大量做练习；（5）注重反馈；（6）提高记忆力；（7）理论结合实践+“过度学习”。虽然没有特别新的概念，内容也通俗易懂，但不得不承认，整本书的应用性很强，就作者本身而言，他自己就是一个超速学习者，所以在书中你能轻松找到很多案例，以此来正推、反推理论，这点很符合大众口味，毕竟我们都有“别人能做到，我也能做到”的心理。四星，献给行动的巨人！

很不错的一本书，探讨了关于超速学习的9个原则。是值得多揣摩的书。相信如果能够应用其中的原则，对学习会有很大帮助

[超速學習_下载链接1](#)

书评

[超速學習_下载链接1](#)