

「學習達人」經驗分享活動

基本資料

學院	國際學院	班級	創意管理 2
姓名	林浩承	學號	08112133

學習經驗分享內容

主題 讀書學習策略、時間管理、語言學習技巧、筆記簡報秘笈

升上了大學，讀書不再只是把書上的內容記下來，許多科目更是沒有專屬的教科書，因此在這種情況下可能很難找到讀書的方向，所幸銘傳大學有一套 moodle 系統，拜這個系統所賜，老師能將上課內容簡報上傳，但是上完課才複習其實是來不及的，所以最好的學習方法應該是上課前先把簡報預先瀏覽一遍，這樣才能對該次上課的學習重點有概念，不會像個無頭蒼蠅一般，不知道老師到底想表達什麼，只要能養成預習的習慣，無論要學習什麼，雖然不保證能事半功倍，但絕對不會窒礙難行。

完成了預習的步驟之後，再來最重要就是準時到教室上課，千萬、千萬不能遲到，因為通常一堂課的重點就在第一節的前三十分鐘，再來就是解釋跟延伸，所以如果錯過了關鍵的三十分鐘，後面的兩個半小時都可能會鴨子聽雷、成效不佳。

再來，終於上完課了，課程結束之後一定要複習，複習的時候除了把上課內容再看一次之外，也可以把書蓋起來，自己想想上課的內容，再打開書來確認，這樣才知道有沒有把內容吸收進去，所以不一定要在一下課就複習，也能等到假日的時候再確認自己有沒有把課程內容都記下來，因為只有記下來了才是自己的。

最後，大家都知道要念書，卻很少人能靜下心專注學習。不過畢竟只有本人能夠掌握自己的情緒，也只有自己知道動機與目標。遇到念不下書的情況時，可以利用兩個小技巧來調整情緒：提醒自己目標與動機、尋找適合的讀書環境。

支撐持續學習最好的工具就是動機。建議可以找一些提醒自己動機的事物放在身邊，不想念書時告誡自己是為了甚麼在努力。雖然大家的動機都不同，但是知道自己為了甚麼，並時刻的記住這個想法，是最根本的解決方法。

讀書環境也非常重要，好的環境如圖書館、補習班、學校自習室，都可以讓人更專心。當大家都在努力讀書時，那種氣氛跟壓力會讓人更專注。不過環境主要還是看個人習慣，找出適合自己的環境也是避免不想念書情緒的好方法。

總之，學如逆水行舟，不進則退。只要可以保持讀書的習慣，就能讓自己越來越好；反之，如果常常一段時間都懶得讀書，那就只會陷入無法進步的輪迴，期許大家都能找到適合自己的方法，讓自己的知識越來越豐富。

備註：本表單蒐集之個人資料，僅限於教務管理及校務分析使用，非經當事人同意，不轉做其他用途，亦不會公佈任何資訊，並遵循本校資料保存與安全控管辦理