

如何學習並參加考試

HOW TO STUDY AND HOW TO TAKE A TEST

(Traditional Chinese)

凱根博士 (Dr. C. L. Cagan)

1. 下課之後，立刻找地方獨自學習。不要去星巴克，或任何地方消磨時間。下課之後，找個安靜的地方，立刻開始讀書。反復重溫所學的內容。迴避任何事物的干擾，比如：電視、電子遊戲、球賽、音樂、或收音機等。不要讓這些休閒活動佔用你的學習時間。這些事能不知不覺地把你的時間耗掉，最終使你只好在考試前鬧通宵，導致你成績的下降。所以，在你學習的時候，不要開電視或聽音樂。
2. 到圖書館或安靜的地方學習。不要在宿舍、學校餐廳、或像星巴克這類的咖啡店裡學習。
3. 盡量用提綱方式作筆記，把課堂上所講的要點記下來，並列上標號，I、II、III…等等；在其下要騰出空格，列舉次要重點。這樣做，能使你更容易在課後溫習或整理筆記。每一門課要記在獨立的筆記本內，或記在筆記本內隔開的一部份之中。
4. 每隔一個小時要休息片刻，四處走走。這可使你的頭腦清醒。稍微休息之後，再繼續學習。
5. 輪流學習你上的每一門課。閱讀並學習一門課程，然後休息行走幾分鐘，然後再學習另一門課程。如果一門課的作業或內容比其他課程難很多，要先學這門課，不要留到最後，因此時你的頭腦更清醒。
6. 總要獨自一人學習；不要結群一起讀書。切莫和男朋友、女朋友，或其他朋友一起學習。因為那樣你很難學得進去。和你一起的人會干擾你；用來談話的時間要比學習的時間更多。
7. "重複是學習之母" (Repetition is the mother of learning)。反復閱讀並學習你所學的內容。反復研讀，直到你感到枯燥，不想再讀為止，因為你對這些內容的了解，就如同對自己的名字一樣熟悉。即使到了這一步，再研讀多一點。
8. 在考試的前一晚，反復學習要考的科目，直到你上床睡覺為止。在你停止學習一直到睡覺的這段期間，不要做其他事情或讀其他讀物。讓你所學的內容成為所思考的最後一件事情。
9. 考試的當天早上，閱讀並溫習將要考的內容。
10. 不要在考試的那天才開始學習，也不要再在考試的那天學習新的內容。你可以溫習考試前一天學到的內容，但是在考試當天你是學不進去新的內容的。
11. 在你考試的時候，要精心安排時間。要首先完成簡單的試題——即使這些題目靠近試卷的結尾處。這樣，你便有時間返回來做難的試題。如果你在難的問題上花大量的時間，你便不會有充裕的時間做其他試題了。
12. 考試的時候不要焦慮，擔心考得不好。你反而要下定決心，以成人的態度，全力以赴地去面對考試。如果你這樣想，你便能以最佳的狀態去面對考試了。