



# 让学习成为一种生活方式

教育部这样部署全民终身学习活动

■李凡

近日,教育部印发通知,决定广泛开展全民终身学习活动。

通过开展主题阅读活动推进书香之家、读书社区建设,助力全民阅读;开展“社长(总编)荐书”活动,充分发挥优秀出版物的引领作用,以专业力量

引导全民阅读,出版机构打造精品图书、推介好书;开设线上社会大讲堂,充分利用社区教育和老年教育办学网络及各类终身学习服务平台;整合数字化学习资源,线上线下相结合,举办满足不同人群学习需求的公开课、讲座等;开展数字阅读分享活动,制作、汇聚一批数字化资源,开展专家荐书、导学导读、读者交流、读书征文等活动,引导各类群体养成

读书习惯,满足时时阅读、处处阅读的需求。

9月份将举办“全民终身学习活动周”,持续推进力争形成“周周有活动、省省有特色、学习有成效”的良好氛围,不断提高全民学习的自觉性、主动性,将全民终身学习引向深入,真正让学习成为一种生活方式,让爱读书、读好书在全社会蔚然成风。



劳模工匠谈终身学习

## 学习让我的人生道路越走越宽

■张亮口述,记者李凡整理

各位读者朋友好,我是浙江工匠张亮,来自浙江吉利汽车集团宁波上中下自动变速器有限公司。关于“终身学习”的话题,以我目前的人生经验还不足以支撑起“终身”二字,但这些年下来,也积累了一些“学习”上的心得,愿意在这里分享给大家。

23年前,我就读于湖北工程职业学院机械制造与设计专业。毕业后,我来到吉利集团就职,成为一名设备维修工。在这个工种上,我一干就是20年,从一开始的学徒做起,一路过关成长,我的钻研和努力渐渐有了回报,不仅收获了“劳模工匠”的荣誉,还有了自己的创新工作室,担负起“传帮带”的光荣使命。

回想我这一路的成长历程,没有什么捷径可言,所能给到后辈最重要的一点经验,就是一定要掌握“学习”这项能力,才能牢牢把握自己的命运。记得中考落榜那年,我一度因为自己的成绩而迷茫、失落,幸好入学后便遇见了我的恩师何仁山,何老师经常与我交流,帮我分析行业趋势,为我规划未来的职业生涯。正是在何老师的鼓励和影响下,我养成了爱读书的习惯,一有空就去图书馆学习,浸润在知识的海洋里。

我读的书比较庞杂,但不外乎两种类型,一种是关于设备和机械技能提升的专业类书籍,另一种则是树立人生观、世界观、价

值观的经典读物。我曾反复阅读路遥写的《平凡的世界》,主人公孙少平在经历无数挫折和磨难后,从未向命运低头,始终为了理想而不懈奋斗,这种意志品格内化于心,成为我日后在职业生涯中渡过一个又一个难关的精神支撑。

这些年来,汽车领域的生产技术一直在不断更新迭代,吉利集团也陆续从国外引进了很多高端生产设备。为了让自己的技术能够紧跟世界顶尖水平的步伐,我一直要求自己不断精进维修技能。从2015年开始,我先后7次随队前往德国学习先进技术,碰到语言沟通上的难关,我就挑灯夜战现学现用;有些核心技术,人家对咱有所保留,我就

用“逆向思维”反推流程,在不断学习、实践摸索中,一次次解决“卡脖子”的技术难题。

不得不说,是日复一日大量的学习让我克服了很多困难,让我的人生拥有了更多可能性。

读者朋友中如果有和我一样人生经历的人,希望也可以因为我的故事而受到激励。我想我们都赶上了一个好时代,现在还有产改为我们产业工人的未来发展铺路,曾经的学历条件也好,成长空间也罢,都只是暂时的,人生路漫漫,只要我们沉下心,脚踏实地,用持续不断的学习提升自己,用真本事武装自己,便能“走遍天下都不怕”,走出一片更广阔的人生舞台。

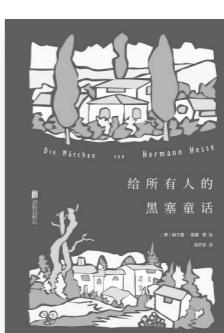
## 值得大人和孩子一起读的童话书

■吴月

提到童年你会想到什么?是炎热夏日里叫不停的蝉鸣,是小卖部的甜蜜棒冰?还是放学回家迫不及待想看的动画片?

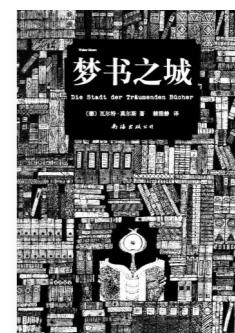
每个人的童年回忆或许都不相同,但一定少不了图画书。图画书的首要读者是儿童,但图画书也是适合成人阅读的绝佳读物,因为随着年龄增长和人生经验的积累,成人更能深刻体会到图画书的寓意。实际上,图画书是成人思考人生、调适心态和关爱儿童的滋养品。

为大家推荐几本大人和孩子都值得一读的童话书,从这些不同风格的故事里,孩子们将收获对大千世界的认知;而成年人,则或将拥有新的治愈及反思。



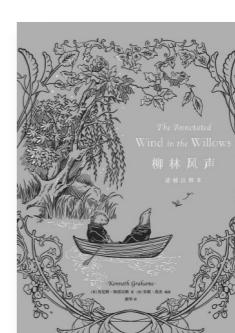
《黑给所有人的  
黑塞童话》  
〔德〕赫尔曼·黑塞著

本书收录了黑塞的20篇童话作品,从10岁时写下的第一篇童话《两兄弟》,到献给爱妻的《莺尾花》,再到源自烽火戏诸侯的《周幽王》……黑塞的童话并非以很久很久以前开头,并不全然以人或动物作为主角,年迈的高山、固执的藤椅、骄傲的少年、丑陋的矮人。所有的生命,全都在一场杂沓着无法摆脱的困难中活着,寻找各自的结局。



《梦书之城》  
〔德〕瓦尔特·莫尔斯著

深谙“阅读魔法”的德国幻想文学大师,凝缩百千故事的想像力和深度于一书。在古老神秘的查莫宁大陆上,有个以写作为生的诗龙族。传说雕龙是一位刚刚崛起的新锐作家,他的诗艺教父临终前留给他一份来历不明的手稿,其中文字的精妙足以令整个大陆的作家望其项背而叹息。手稿的主人是谁?手稿背后隐藏什么秘密?一场奇妙非凡的冒险旅程随即展开……



《柳林风声》  
〔英〕肯尼斯·格雷厄姆著

影响无数读者的经典童话,诺顿注释本系列,以全新方式重新打开经典,探索鲜为人知的丰富细节。格雷厄姆以优美流畅、清新自然的散文笔调叙述了一段围绕诗意图展开的奇遇,既是河鼠、鼹鼠、獾、蟾蜍这些性格各异的动物经历的丰富多彩的生活奇遇,也是一曲抒情吟咏家国风光,萦绕在柳林河畔的乡野之歌。

读书新知

## 听书和看书,哪个更有利于理解?

在快速发展的数字时代,阅读方式也随之多样化。传统的纸质书籍已经与现代的电子书、有声书等形式并存。看书和听书最大的区别在于信息输入方式的不同,那么哪种方式更有利于理解呢?为此,心理语言学家做了许多实证研究……

哪些因素影响理解力?

年龄:研究发现,孩子们在七年级之前,听力理解占优势,因为在高年级更强调通过书面文字而不是听觉方式来学习知识。随着年龄的增长,阅读理解和听力理解水平的差距开始逐渐增加,阅读理解逐渐占据优势。

文本类型:在文本理解的研究中,文本类型大致可以分为两类:记叙文和说明文。一般来说,记叙文比说明文更好理解。阅读

和倾听在理解记叙文时没有太大的差异,但研究发现,阅读对于理解较难的说明性文本具有更大的优势。

时间:限制看书和听书之间的一个关键区别是对于节奏的控制。一般来说,读者能够自己控制阅读的速度,但作为听众,对于音频速度的控制是有限的。有研究发现,在没有实验者操控呈现速度的阅读理解和听力理解中,看书的效果要优于听书。

理解的深度:对于理解的评估有不同的层级,大致可以分为两类:字面理解和推理理解。字面理解要求读者或听众能够提取文本中明确陈述的信息。而推理理解则需要对文本中没有明确说明的含义进行推断。听书和看书在字面理解任务中的差异更小。

### 阅读有利于深度理解

眼动追踪研究的证据表明,我们在阅读过程中,大约10%~15%的眼球运动是在回视,这意味着我们的眼睛要回去重新检查,从而构建出连贯的文本意图。而一般在听书的过程中,我们很难回到之前听过的文本去检查自己的理解是否正确。

文本能够提供视觉上的标题线索,帮助我们的大脑组织和理解新的信息。如目录、章节标题等,可以让我们知道文本中每个部分的大致内容,从而对整体有更直观的把握。而听书并不会提供这些关于文本结构上的信息。

### 听书能促进碎片化学习

听书有哪些好处?首先,音频会有语

调、韵律等变化,在传达情感方面,比视觉文字更直接、强烈。尤其是听有声小说、诗歌时,声音能够更好地激发我们的情感,引起听众的共鸣,对内容的记忆会更加深刻。

其次,听书是一种更加碎片化的学习方式。看书只能在身体稳定、光线充足、注意力集中的时候进行,而听书允许大脑和身体的“分离”,在通勤、做家务,甚至没有光线的条件下,都可以让大脑接收新的信息。

总的来说,听书和看书有各自的优势和特点,选择哪种方式取决于个人的喜好和需求。无论是文字还是声音,优秀的作品都能够触动人心,带来情感共鸣的同时,也让我们学到新的知识和思想,启迪心智。

来源:中科院心理研究所