
指导研究生开展学业自救

作者：马臻 来源：科学网博客

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/topnews/9032.html>

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

指导研究生开展学业自救

。新冠肺炎疫情暴发，开学延迟，有些大学生在家里一直陷入休假模式——“葛优躺”、追剧。即便从网上下载了很多学习资料，但才学习了一会儿，就学不进去了。在家能不能坚持学习？

在家学习目的清！

很多大学生在家里学不进，原因就在于在校期间打卡似的学习模式完全消失了。我认为，要使自己能安心学习，需要的是驱动力。如果要使自己有驱动力，那么不但要认识到做这件事对你有用，而且要有可以量化的、可以看到的阶段性收获。

举个例子：我几乎每天都读书、看报。我的书橱里摆着几百本书。每看完一本，我都把它放在书本“队列”的最右方，这样，我能看到这条“长龙”的增长，心中充满成就感。

在非常时期，大学生做事要目的明确。这个目的，就是完成学业、为将来找工作打下基础，就是减少疫

情造成的时间

损失。学习要形成板块(兼

顾专业学习和职业发展)，进展要可视化。

一段时间后，你可以看到自己已经看了多少本书、背了多少个英语单词、做了多少份大学英语六级考试模拟卷、毕业论文新增加多少字。

小C是我课题组的研一学生。上学期开学时，我就反复强调：读研不要“事儿多”。我希望她每过十天向我汇报文献阅读情况，但她说学业很忙，修读九门课，需要写几篇课程论文、在课上讲PPT，还想把大学英语六级成绩刷得高一点。你可以想象，当时我有多无奈！

这次放寒假回家后，疫情暴发了，小C急得如热锅上的蚂蚁——学校宣布延期开学，严禁学生提前返校，什么时候开学还不知道，而她的科研还没有开展。辅导员向他们推荐了一些网上资源，说是可以下载文献，于是学生的焦虑情绪有所缓和。但我劝她不要漫无目的地看资料，而要首先确定一个研究选题，然后在开展文献调研的基础上，将相关内容整理成文献综述，这既可以作为开题报告以后交给系里，又可以成为硕士论文的绪论部分。这样，付出的时间就“储存”了起来，大大节约了以后写硕士论文的时间。

小C在上学期修读了“环境材料”课程，写了一篇关于一种新型催化剂的课程论文。疫情暴发后，她在家一边看文献，一边把课程论文扩充成文献综述。她每过几天把文稿发给我看，我不停地

给她提出意见，说她这段话人云亦云，那段话缺乏提炼，她马上进行修改。

我对小C说，研三师姐小焦当初听了我的话，早早地把科研论文发出来，把硕士论文写好，小焦不但获得一等奖学金和冠名奖学金，研二暑假还去外资企业实习，研三有大块时间找工作。听了我的介绍，小C理解了自己当下行动的意义。

在家学习，对于研二学生小D来说，有着另外一层含义。她已经完成了两篇科研论文，并在我的催促下，在上学期就阶段性地整理了硕士论文。这次疫情暴发后，怕她无事可做，我马上联系她，让她学习上学期我发给她的几本关于职业发展的书——博恩·崔西写的《吃掉那只青蛙》、喻向东编著的《大学生毕业后要补的7堂职场课》、采铜写的《精进：如何成为一个很厉害的人》、萧雨写的《向上管理：与你的领导相互成就》，并让她上网学习如何制作简历、参加面试，想清楚自己的核心竞争力是什么、将来要找什么样的工作。再过几个月，她就要面临实习、找工作了。当然，她也可以把每天的时间分为上午、下午、晚上三块，自己调节写硕士论文、进行职业发展的时间比例，但不能追剧。她顿时明白了利害关系。

开展自救抓实效！

近年来，研究生延期毕业成为了常态。特别是理工科研究生，毕业需要发表科研论文，这离不开做实验。延期开学，做不成实验，延期毕业的可能性就更大了。对于毕业班学生来说，找工作的压力也更大。这时候，你就要“识相”（知趣）。别淡定地以为疫情对自己的毕业、求职没有任何影响，也不要抱着“法不责众”的心态以为自己不学习，学校到时候自会“放水”。有眼界的人，能见微知著，想到一件事情可能带来的影响，并采取各种措施把损失减到最小。

大F是我课题组博一学生。进组前，他告诉我：他在别的学校读硕士期间，有一个科研工作的数据没有整理成文，他想在这儿继续研究后，撰文发表，他的硕导同意的。而且，他在读硕士的后期通过做实验，挖出一个有价值的催化剂体系，他沿着这个思路研究别的几个催化剂，就能发表几篇文章，毕业不愁。我给他设计好一条“金光大道”——博一发表三篇论文，获得国家奖学金；博二还发表三篇论文，再次获得国家奖学金。

然而，他做事情的方式方法使我头痛。比如，他把论文整理出来，理应先让我这个“快枪手”快速修改好，再交给他以前的导师过目，但他同时把文稿发给我和他以前课题组的小老师修改。不但耽搁了好长时间，而且他收到两个老师改得面目全非的文稿，不清楚到底采纳哪个版本好了。类似的事情发生了几次，我说他做事缺乏章法。

使得原本计划破灭的，还在于这次疫情的暴发。寒假回家之前，他在我这儿把第一篇论文基本修改好了，还写出了两篇论文的初稿，本来准备2月3日（年初十）他就回校做实验、改论文。然而疫情突然发生，学生不能返校，他们村子的出口也被封了。

于是，我打电话给他，让他先把第一篇论文修改好，由我投出去。还有两篇论文虽然实验数据不完整，但也需要按照我的意见修改好，等开学后补做实验再投出去。如果好久都不能返校，那么他应该在家里把写出的英文SCI论文翻译成中文，作为博士论文的一章内容储存着。

简而言之，大F应该一次只做一件事情，“各个击破”，这样才能把损失降到最小，避免延期毕业。然而，过了好几天他都没有按照我的要求修改好第一篇论文，原因在于——他不会某个数据处理方法，也不请教师兄或者我，就一直卡在那儿了。

教训是：只是蛮干还不行，在家学习还得掌握方法——学生需要及时地、阶段性地和老师沟通进展，遇到问题得向别人讨教，并检视自己的做事成效。

和大F相比，我的博三学生大东就幸运多了。他在读博三之前，就已经发表四篇科研论文，还投了一篇科研论文。当时，我未雨绸缪地让他停止实验，先把博士论文写出来。为了让他提前写出博士论文，我除了说自己是个急性子，不喜欢把事情拖到最后，还不惜触自己霉头，说“万一老师得了癌症需要开刀，就无法管你毕业了”。寒假回家之前，大东就在我的催促下，写出了厚厚的一本博士论文，我也有些释然。

疫情暴发后，他们老家村庄里的道路被堵了，他也忙着家里的事儿。我急在心里，在电话里对他讲，

他博士论文内容很丰满，但在绪论部分需要把整个体系框架“圆”起来，而不能“因为我要研究这几个体系，所以我研究了这几个体系”。而且，他博士论文的结论与展望部分写得太简单了！

我说，

在家改博

士论文要“干脆利

落”，不要像是每天都在打卡，效率

却不高，效果也没有，

“如果你的博士论文被枪毙，你的同学都会嘲笑你的——最早开始写作，却大意失荆州”。听了我的话，他一下子明白了自己努力的方向。

亲爱的读者：从以上几个例子，你们体会到什么了吗？

博恩·崔西在《完美飞行》中说：“我们的生活与飞行一样，大部分时间会脱离原定路线。无论你提前组织和计划得多么周密，在实际生活中，你都有可能进两步、退一步。从你的旅行开始之时，你就必须不断修正前进的方向。

”遇到疫情也是这样的，你得学会应对。怎样应对，既代表着一种心态，也考验你是否具有领导、管理能力。

美国前总统罗斯福说：“就在你所在的地方，用你现有的条件，做你能做的事。”我认为，面对延期开学的情况，与其安逸地坐在沙发上嗑瓜子、看电视剧，还不如每天排出时间、加强学习。如果学校推行网络教学，那么你每天坐在电脑前上网课。如果学校没有推出网课，那么学生也要化不利为有利，充分利用时间，发展自己(看书、自学、整理实验数据、写论文、看职业发展资料、思考)。这才是自己从芸芸众生中脱颖而出的法门。(《大学生》2020年第4期)

更多 科研头条 请访问 <https://www.iikx.com/news/topnews/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](https://www.iikx.com)转发