
导师要求写周报，算额外负担吗？一位博士的亲身经历

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/42267.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！

导师要求写周报，算额外负担吗？一位博士的亲身经历。文 | 《中国科学报》见习记者 赵婉婷

“服从性测试”——前段时间，科学网公众号转发了北京建筑大学教授王崇臣的科学网博文《高校教授：学生写周记“很痛苦”，我为什么还执意要求？》。评论区里，有读者用这五个字概括了写周记这件事。还有人直言，这是学生的“额外负担”。当然，也有读者认为，遇到一位负责的导师是非常幸运的事。

究竟有没有必要写周记/周报？研究生应当如何看待这类任务？怎样让每周给导师的汇报真正有价值？

带着这些问题，《中国科学报》采访了西湖大学助理研究员刘磊。

今年3月，以刘磊为一作的论文在《自然》发表。当时，刘磊在接受《中国科学报》采访时分享，这项研究的起点就是一份周报中对一类溶剂表现的记录。而这项工作的不断推进，也离不开刘磊与导师基于周报内容的一次次讨论。

刘磊所在的课题组有写周报的传统，今年是他写周报的第6年。现在，他也会协助课题组PI指导学生，并结合周报内容与他们讨论课题进展和遇到的问题。他从自己的经历出发，分享了自己对写周报的理解，也提供了一些能让周报真正发挥价值的实用建议。以下是他的讲述。

和导师交流的切入点

硕士毕业后，我加入了西湖大学王建辉老师课题组读博、做博士后研究，并于今年4月正式出站，成为课题组的助理研究员。

我们课题组做的是新能源储存与转化相关研究，从实验中找规律是我们推进研究的核心，而很多规律往往并非来自单次实验，而是基于大量重复实验与对照分析。因此，对于这样的实验学科来说，定期汇总实验现象、解决遇到的问题，的确很有必要。

在我们课题组，大家通常会定期和导师一对一交流，交流的基础就是周报。

在周报中，我们会对本周内的工作作简单梳理，内容不限于实验进展，还可以是看文献、论文写

作或是仪器表征方面遇到的问题，同时附上关键的数据图表。

如果这一周主要是文献整理和论文写作，那么我在周报中梳理这些内容通常只需十几分钟；如果这一周实验量很大，我会在日常实验时随时记录细节，并把数据整理到一个PPT里，后续再汇总成周报，通常一个小时也能完成。

对我来说，写周报不会占用太多时间。当然，也有学生会觉得写周记或周报比较痛苦，或是认为它占用了额外的时间。我觉得这很大程度上取决于怎么看待这件事：如果只把完成它当成一项额外任务，确实容易成为负担；但如果把它作为整理思路、发现问题和与导师沟通的一种方式，感受可能就会不一样。

我更愿意把周报看成科讨论的一个“切入点”。周报可以帮助自己把基于一周工作的问题和思路理清楚，这样和导师交流时，就能更快进入具体问题，也不容易遗漏实验细节。

明确了写周报的目的之后，它就不再只是一项需要完成的任务。

值得一提的是，很多时候，自己认为与预期不一致的实验“异常”或“失败”，有时反而能引出新的值得探究的问题。在写周报时，有必要把这些数据真实地记录下来，并自己先思考失败的原因是什么、证据是否可以支持猜想。这个过程可以很好地训练科研判断能力，对处在科研生涯早期的学生尤其有用。

当然，哪怕自己分析不出来原因也没关系，可以很直接地写一句：“我感觉这个数据好像不太对，但暂时想不清楚原因。”关键是要让导师知道你遇到的问题与疑惑，与导师一起讨论，才会碰撞出新的想法。

此外，在周报中突出重点也非常重要，能帮助导师更快抓住关键问题，共同把科学研究的工作做得更好。当然，交流也不只限于实验和课题。王老师也会关注我们最近的状态，如果不太好或者生活中遇到一些事情，有时候会自然地聊到。

课题推进的“积累”

我博士和博士后期间一直在推进的一项重要工作的起点，就来自2020年的一份周报记录。

那时，我刚开始读博，想尝试设计一种液态中间层，希望改变负极界面的电化学环境。

最初我只是想围绕这个问题开展一项基础研究，但在筛选了大量溶剂，并把不同类别溶剂的表现做了汇总后，我发现了一些出乎意料的现象，也看到了一些规律。于是，我们进一步深入研究相关性能，并继续探索了这些现象和性能背后的机制。

在后续研究中，我们又进一步比较了不同电解液体系，考察温度、压力、电流密度等条件对电化学行为和界面结构的影响，并结合多种表征手段和不同时间尺度的分析，来验证最初的判断。

如果在实验中只着眼于筛选最优的结果，就很容易忽略中间现象和演变过程，难以形成更完整的认识。不同阶段的实验记录，也能帮助我判断证据能否支持猜想，下一步又应该通过什么实验去验证。

一份份周报记录了我不断寻找证据、推翻假设并重建认知的过程，课题也在一点点积累中不断推进。回过头翻看周报时，我能看到自己最初想要研究的问题，也能看到一路走来的尝试过程，还是颇有感触的。

还有一个例子。博二博三时，我负责一些仪器设备管理，曾设计并搭建过一套用于软包电池的在线压力及位移监测装置。为了便于与导师讨论设计的参数，我把设计图与参数选择详细写进了周报。直到现在，在涉及类似实验设计时，我有时还需要回看一下当时的参数设定，以及背后的原因。此前很多阶段性工作的设计、判断和经验，后来都可能成为新的实验和研究工作的参考。

毕竟，一个课题可能持续两三年，博士阶段的整体研究周期则更长，并且每个人手中通常不止一个课题，实验做多了，总会忘记一些细节。在方便回看数据的同时，周报里记录的思考过程和分析，对之后写毕业论文、写期刊论文都有很大帮助。

让周报回到交流本身

其实，我刚读博入组时，还没有形成一种能够通过周报与导师高效讨论课题的方式。当时会记录很多实验信息，却没有围绕课题的研究主线去组织内容。

现在，我在协助课题组PI指导学生时，发现处于科研生涯早期的学生在写周报时容易踩“坑”，也需要及时给他们适当的引导。

首先是篇幅。在我们课题组，周报主要内容通常在一页以内。具体结果能用图表说明的，就尽量不用大段文字。另外，如果某个板块的实验没有全部完成，就下周继续推进，没有必要为了在周报中体现工作量而刻意赶进度。王老师也会提醒我们，不要因为一时的进度给自己增加太多压力，相比于多一天或少一天，更重要的是保证实验质量，把问题真正做清楚。

其二，如果某一周以阅读文献为主，那尽量不要把文献中的内容直接复制粘贴到周报中，而是要写上自己的理解和思考，否则信息量很低，也会让周报停留在“形式主义”。

其三，有时大家只写了符合预期的进展，会“不好意思”展示那些与预期不符的结果，但这可能不利于在科学研究中实现新突破。及时与导师交流，有助于发现问题、及时修正，或挖掘出异常数据中的“宝藏”。

其四，我们常做实验的人有时会自定义缩写，比如按自己的习惯给众多试剂编号。但把这样的缩写写入周报，导师未必能第一时间理解，反而给交流带来了障碍。

在完成周报的过程中注意这些问题，是为了让学生与导师的每次讨论都有效，避免让周报流于形式主义。我也常与师弟师妹说，周报是为了帮助课题推进，而不是为了周报写得更充实去安排科研工作。

此外，科研工作者的习惯不同、研究领域不同，周报肯定不是唯一的交流方式。能够帮助师生及时、有效沟通，并服务于课题推进，就是合适的方式。

在我们课题组，还有用来交流文献的大组会，以及同方向成员的月度小组会。多人间的交流同样很重要，听听大家是怎么理解问题的、怎么选择研究方法的，也能避免局限于单一的研究视角。

总的来说，科研的反馈周期是漫长的，在论文没有写好并顺利发表之前，那种“未完成”的状态往往会带给人压力。若缺少兴趣与热情的支撑，人的状态也容易受到影响。因此，师生之间及时、有效的沟通也很重要。如果学生和导师都愿意围绕研究课题保持投入和交流，那么基于周报或其他形式的高效沟通，就能够促进发现问题、解决问题，并形成良性循环。

总之，写周报本身并不是目的，我的出发点是希望借助这种方式，更及时地和导师沟通，也把自己感兴趣的研究再往前推进一步。

作者：赵婉婷 来源：科学网微信公众号

更多 科学进展 请访问 <https://www.iikx.com/news/progress/>

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