

【一流讀書人】積極有趣的大學生涯

覺宮珠璣

導讀 陳國華 通識與核心課程中心主任

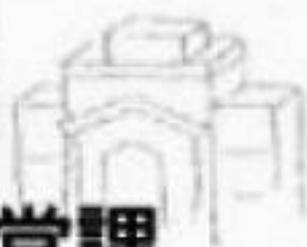
大學生活相信是許多人回顧過往時，一段令人終生難忘的精采片段，甚而有不少人的
人生重大轉捩點也由此開展。但是也難免有時會感嘆「要是大學生活可以從新來過
的話...」，真是千金難買早知道之憾，《大學生必修的75堂課》的作者就是其中之一
。為了滿足大學生活可以是縱情玩耍、參加社會活動、擴大人際交往和投入各種難忘
的有趣經歷，同時也可以把大學生活變成一種磨練、泡圖書館、拿獎學金和實現未來
工作計畫，作者遍尋了大學校園中的夢想實踐者，經過訪談後整理出75種經驗訣竅
，提供大學新鮮人如何擁有快樂而充滿成就的大學經歷，當然對其他年級大學生也絕
不嫌晚。

此研究的重要發現是任何人都可以成為一名非凡的學生。作者發現致勝的關鍵並非天
才的智商，幾天不睡覺的天賦，或是過目不忘的記憶力，所需要的只是成功者的自身
經驗，再加上下定決心積極爭取的態度。75個經驗談都易讀易用，且不需要習得全套
武功，僅需依照自己的個性，找出其中一組打動你心的準則，例如：學習藝術史及天
文學（17），不要做一些對將來意義不大的打工（40），學會傾聽（48），以爭取獲
獎的衝勁寫作（61），在國外學習一個學期（74）等。然後嘗試扭轉過往的慣性行為
模式，就可能造就一個連自己都引以為傲的傑出人物。

大學生 必修的

How to Win at College

75 堂課



從臺灣學生社群網路中挖出的精華課程

卡爾·紐登特 (Carl Newport) ◆ 著

大學生如何讀書、如何工作、如何生活、如何處理壓力、如何處理時間、如何處理金錢、如何處理人際關係、如何處理健康、如何處理學習、如何處理工作、如何處理生活、如何處理一切。

