

## 【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

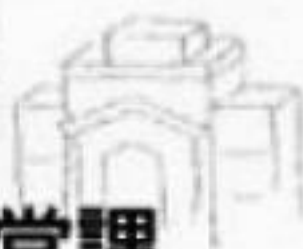
大學生活相信是許多人回顧過往時，一段令人終生難忘的精采片段，甚而有不少人的  
人生重大轉捩點也由此開展。但是也難免有時會感嘆「要是大學生活可以從新來過的  
話...」，真是千金難買早知道之憾，《大學生必修的75堂課》的作者就是其中之一  
。為了滿足大學生活可以是縱情玩耍、參加社會活動、擴大人際交往和投入各種難忘  
的有趣經歷，同時也可以把大學生活變成一種磨練、泡圖書館、拿獎學金和實現未來  
工作計畫，作者遍尋了大學校園中的夢想實踐者，經過訪談後整理出75種經驗訣竅  
，提供大學新鮮人如何擁有快樂而充滿成就的大學經歷，當然對其他年級大學生也絕  
不嫌晚。

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

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、如何處理人際關係、如何處理時間、如何處理金錢、如何處理健康、如何處理學習、如何處理生活、如何處理工作、如何處理未來、如何處理現在、如何處理過去、如何處理一切。

