

“双减”时期，给学习能力做“加法”

清华大学出版社编辑 刘杨

之前，在网上看到这样一个故事。一位小学生作答一道要求“从小到大排列 1~9”的题目，他除了按数的大小进行了排列，还按照“个头”从小到大写了 1~9 这 9 个数字。

当时我看完就一笑而过，虽然隐隐感觉到这不只是一个故事那么简单。直到遇到宋少卫老师，听他详细拆解了这个故事背后反映出的孩子学习系统的问题，我才恍然大悟。

关于学习，中国自古以来就有很多以劝学为主题的诗句，比如耳熟能详的“少壮不努力，老大徒伤悲”。但这些诗句和教导，只回答了要不要学习的问题，没有解决怎么学习的问题。

学习是一个系统工程，除了感性的学习态度，其背后还有深刻的科学系统，学界有一个词叫“学习科学”。这个词在 20 世纪 80 年代由西方学者提出，在 20 世纪 90 年代走向成熟，21 世纪日益兴盛。学习科学首先要解决的就是从孩子学习状态的表象开始，深挖内部隐藏的深刻学习系统问题。

围绕学习科学，2020 年下半年，我们策划了一本关于当前家长和老师该如何解决孩子学习问题的书《学习治疗手记》，作者是宋少卫，清华大学学习科学实验室执行主任、学习治疗概念的提出者。

2021 年 7 月 24 日，义务教育“双减”文件正式出炉。这份文件在资本市场掀起风浪的同时，也触动了很多人学龄前、中小学生的家长的心。“双减”时期对老师、家长和学生自己都提出了更高的要求，目标指向了如何给孩子的系统学习能力做“加法”。

作者最开始交给我的样章是体例非常统一的几个案例的合集：一名中/小学生学习遇到了困难，家长带着孩子来找他咨询，在他的帮助下孩子的学习问题得到了“治疗”，孩子成绩开始提升……

这种千篇一律的故事，读者读一个就够了，完全没必要读一整本书。这种写作风格不是我们的初衷。跟作者沟通后，明确了 3 个问题：这本书的读者是谁？我们想让这些读者通过读这本书学到什么？我们想传递给读者的信息，最好的呈现形式是什么？

这本书的主要读者群体是广大中小学生的老师和家长，其他如中小学生本人、有学习方法困难的社会人士是我们的间接读者。我们想让读者通过读《学习治疗手记》，掌握一种基于青少年学习心理的科学学习方法，澄清老师和家长在日常生活中对孩子教育的误区，真正有效地解决孩子的学习问题，最终让孩子掌握适合自己的学习方法、养成终身高效学习的习惯。但积极学习系统只是作者研发的一个学习治疗体系，并不具备一定会药到病除的魔法力量，所以读者要仔细阅读积极学习系统的介绍、研读学习治疗的相关案例——积极学习系统的使用说明书。

很显然，为了达到这一目标，最有效的呈现形式是讲故事，也就是讲案例。但在讲案例之前，要首先明确介绍本书的核心：积极学习系统。然后对不同年龄段青少年学生的学习问题进行归类分析、求同存异，按照分析的结果划分章节，进行案例归类。《学习治疗手记》是针对所有青少年学生学习问题的书，目标是让老师和家长了解、掌握和使用积极学习系统。

本书的读者群体很大，为了切中更多老师和家长的需求，就不能过度聚焦年龄和年级，而要抓住目标群体的最大共性和突出问题。在具体案例的讲解过程中要有区分度和侧重点，删掉同质化的案例，明确学习系统在不同案例中的差异化使用方案。最后补充了一个特殊的大案例，就是作者在北京某中学实际带班项目“放牛班”的逆袭奇迹。另外在给各个案例取标题的时候，抓住案例中要解决的孩子的核心学习问题，同时注重趣味性，比如“二次元”女孩攻克数学难题。

经过这样修改，这本书最终的呈现形式就出来了：开篇介绍积极学习系统，然后是 36 个门类类别有代表性的青少年学习案例，在每一个案例的最后还增加了“手记点睛”板块，作为案例的画龙点睛之笔。

“治疗”这个词很普遍，但很容易让人联想到医疗方面。“学习治疗”对很多读者而言就是一个陌生的词语，拆开成两个词时容易理解成这是一本如何学习医疗方面的治疗方法的书。而我们的书名是“学习治疗手记”，如何消除读者的多重理解、降低读者的认知难度，是我们在进行封面设计时要认真考虑的。

在进行封面设计时，设计师提供了很多种方案，包括心理学风格、迷宫、登山等方案。我们最终选择了登山的思路。色调风格选择了明快的黄色背景，并以青色的山为主体。一来“书山有路勤为径”，学习本就如登山，一步一重天；二来，我们把从正文里提炼的青少年学习问题的关键词精选部分放在了“山”上，并摆放在特定位置，使读者沿着登山小路循序渐进地看到宋老师在书里提出的积极学习系统的关键词。为了提升画面的动感，设计师还专门放了三个不同登山状态的小人：起步登高时的轻松愉悦、山腰时的步履渐渐沉重、即将登顶时的手脚并用……

活到老，学到老。移动互联时代的人们，不光是青少年学生，可以消磨时间的选项太多，如非被硬性强迫，极少能保持主动学习的态度，更鲜有科学的学习方法。不妨就先从调整自己的学习系统开始，提高学习效率，腾出更多的时间来做自己学习之外更想做的事。

期待更多的人养成良好的学习习惯，形成良好的学习机制，这才是提高学习效率、实现终身学习的保障。