

# 一名博士后出站前反思：若能重读博士，我定会注意这20件事！

极市平台 2021-10-04 22:00:00 手机阅读 𐄂

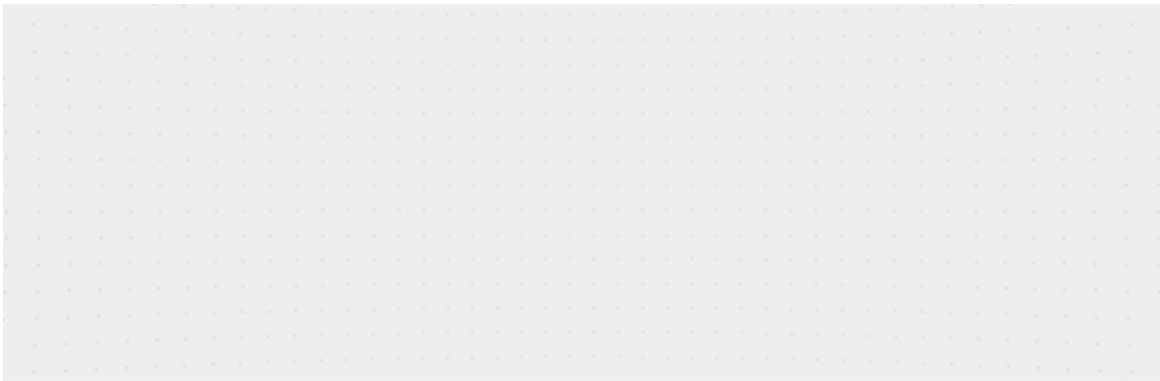
以下文章来源于募格课堂 ， 作者浴火凤凰



募格课堂

提供优质科研培训课程，分享SCI投稿经验、科研实战干货、软件技能提升方法。学术...

↑ 点击蓝字 关注极市平台



作者 | 浴火凤凰

来源 | 募格课堂

编辑 | 极市平台

## 极市导读

经过博士毕业后2年时间的沉淀、深思与梳理，我感悟到：假如能够重读博士，我一定会注意以下这20件事。希望作者的总结对你能有帮助。 >>加入极市CV技术交流群，走在计算机视觉的最前沿

转眼间，博士后还有1个月就要出站了。

相比于相对“轻松”些的博士后流动站工作，我还是怀念更为紧张、充实的4年博士学习生活，因为备受煎熬，所以更加珍惜。

即使博士顺利毕业，即使博士毕业论文被评学校及所在系统的“优博论文”，但我依然觉得博士还有许多遗憾与无奈。

经过博士毕业后2年时间的沉淀、深思与梳理，我感悟到：**假如能够重读博士，我一定会注意以下这20件事！**

## 01 保持生活和科研工作之间的平衡

为什么把这个放在第一条？

因为，千万不要被“毒鸡汤”的成功学忽悠，热爱学习和科学的同时，你也要热爱生活，照顾好自己才是成功的关键。

在整个读博过程中，最重要的就是保持良好平稳的工作节奏，而不是一开始读博就变成工作狂，甚至于耗尽所有能量。

要懂得把心态和脚步慢下来，把时间拨一些给生活：

不再火急火燎地赶路，也看看身边的风景；看看无脑的小说，读万卷书行万里路，有空的时候出去旅旅游，每天起床都会觉得很美好；没空的时候，抽十几分钟和朋友聊个天，和爸妈打个电话，或者画个漫画、写写字，**让日子变得又紧凑又有趣。**



## 02 把读博当做一份事业

既然是事业，就要付出最大的努力，这会是你的饭碗（尤其是对那些想进研究所、高校的博士生来说），关系到你以后的工作、工资、家庭，关系到你以后的生存，千万不可大意。

最好自己给自己压力，不要等到导师催促，或者看到其他同学了成绩了，你才开始慌了。

所以，在注重生活、保持健康的同时，把主要精力放在学术上，一定要让自己在自己的领域做到极致。

### 03 正确认识自身的科研实力

刚开始，你会觉得自己具有获得诺奖级别成果的能力；

后来，你想着至少能发Nature、Science（经济学五大、管理学UTD24）；

再后来，你会想着能发领域顶刊也还不错；

到最后，你会想着能发几篇满足毕业最低要求的文章就得了。

但是，这不意味着你无法做出优秀的成果，因为优秀成果不仅取决于你的资质潜力，还与你的导师水平、课题方向、科研条件、人脉资源等密切相关，有时这些客观条件甚至是具有决定性的。

### 04 和正确的人，一起做正确的事

选导师是一件非常重要的事情，重要性不低于选男/女朋友和选工作，请务必三思。

博士导师可能会是你一辈子的资本，也可能是你一辈子难以抹去的梦魇。既然你买衣服都要去试衣间试穿，那么，要和你共事多年甚至结交终身的导师，当然值得你日夜不眠的去思考、去选择。

不要去听别人跟你说这个导师好不好，就跟你不会去和一个素未谋面的人结婚一样，去和他/她交谈，甚至尝试去他/她的实验室呆一段时间，再做出这个重要的决定。

年轻不年轻，有名不有名，有时候并不是最重要的，但是这个人学识的深浅和人品的高低，以及他对学术圈规则的了解和野心，却是必须要考虑的内容。

### 05 练就除写论文之外的软实力

不管你以后要做研究员、教授还是CEO，只会做实验、写paper绝对都无法让你走的太远。**就像优秀的教授都不是书呆子**：他们学富五车，站得了讲台，讲得了实验，还很会带学生，甚至还会谈生意。



因此，**最好找到已经毕业的师兄师姐们，看看他们正在追求什么软实力**，这方面科研界和非科研界需要的其实相差无几，而这些能力等你拿到博士学位后再去锻炼，也许就太晚了。

## 06 尽早的确定目标

这里的目标，是一个大的概念。

既包括**长期目标**，即你博士毕业后的去向，比如高校、科研所、公务员、国企、外企.....

也包括**短期目标**，尽早查阅相关指南，确定博士完成时候的目标，比如：写什么小论文、用时多久、多少篇，及早确定学位论文方向.....

Flag可以倒下再立，但是目标可以让你更专注。在读博过程中，你会遇到很多困难、很多诱惑，以及很多你之前都没有预料到的情境。

只有在目标明确时，面对这些不确定性，你挺过去了就是一种成就。你的综合能力素质，也将在解决一个又一个问题的过程中不断提高。

## 07 多早开始写小论文，都不算早

前几天，在学校路上遇到一位博二的师弟，当我问他目前发了多少篇小论文时，他的回答让我惊讶不已：一篇也没发，不着急，等我学位论文写完了，拆成几篇小论文去发表。

学位论文哪有那么容易写，就算历尽千辛万苦写出来了，你能保证可以拆成许多小论文？就算你能拆成几篇，学位承认的期刊只有那么几份，难题人家会争着、抢着、等着要发你的文章？

所以，**尽早制定小论文的写作计划并向导师汇报，最好在博二结束之前，完成所有小论文的发表任务**，这样就解除了后顾之忧，可以专心于学位论文写作。

虽然现在有些院校已规定不要求发表小论文，但学位论文还是刚需。即使小论文没有用在学位论文中，但练练手只有好处，这也是组织工作内容的一种好习惯。

## 08 把毕业论文打散为SMART

**Specific:** 明确内容的工作；

**Measurable:** 可衡量工作量的工作；

**Attainable:** 可实现的工作；

**Relevant:** 相关的工作；

**Timely:** 需要及时做的工作。

学位论文是一项完整的巨大工程，它是由很多小的细碎的工作构成，熟练运用SMART，可以让你每一天都在做有意义的事。



## 09 从文献学习中总结写作思路

在开始系统工作之前需要多读综述，以增进对于本方向前沿的了解，有助于确定研究目标以及得到更完整的结论。

阅读文献尤其是知名专家学者的文章，从其文章选题、立意、结构到用词、表述和风格总会感受到一种大家风范，这种风范既是数十年积淀的结果，也是坐“冷板凳”的内力显现。

这些文章的各个方面基本都是精华，无论学习哪一方面都对自己科研论文很受用。当把文章各个方面的要点整理和梳理完毕后，可能我们会回味无穷，拍案叫绝，自此又有了新的科研动力。

## 10 从远离手机中节约出科研的时间

随着互联网时代的到来，很多人一旦拿起手机就很难放下了，心里想着就玩五分钟或者回一下消息，之后就立马投入到工作和学习。

然而，一个接一个的视频刷着，大脑像不受控制似的，不知不觉两到三个小时就过去了，等到想起来要学习时，马上又到饭点了，一个半天就匆匆而过了。

科研是需要有效的时间来坐“冷板凳”的，**要想在科研上有所成就，首先就需要保证充足或者大量的时间**。除了必要的吃饭、睡觉等时间，就需要自我控制，管住自己、少玩手机。

一方面，可以在规定的时间内，安排自己需要完成的任务，在任务完成之前，可以自我约束不可使用手机。

另一方面，将手机设定禁用时间，或者放在自己暂时拿不到的地方，这样也可以抑制自己玩手机的欲望。

## 11 遇到问题不要沮丧

读博的路上，你会遇到很多挫折，比如：写论文没思路、导师很忙不指导、数据质量不佳、论文被退稿，等等，这些是每个博士生都会遇到的共性问题。

如果遇到了这样的问题，你就怪自己运气不好，或者能力不行，或者否定自己不适合搞学术，你会发现，到最后啥也干不成。

读博是一个能让人浴火重生的过程，不要沮丧。

因为，当你在读博前两年把该遇到的问题都遇到了，凭借自己的努力和他人的帮助最终都一一解决了，你会发现，以后的学术之路会越走越畅。

当你再面临其他问题，包括人生的很多问题时，你就不会惊慌失措，你的心态会好很多，你也会认真想解决办法。



## 12 思想的火花，总是在碰撞中产生的

学术研究或论文写作需要一个充分安静的环境，这也让我们有了独处的必要，但这并不意味着我们在学术研究中要闭门造车。

与导师、同学的交流和讨论，在加深彼此感悟的同时，可以最大限度地激发我们的思维，开拓我们的思路。

有时候，在与其他人交流的过程，往往别人一句不经意的话或者一个小建议，可以帮你解决困扰你多时的巨大难题，有一种“众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处”的感觉。

## 13 备份，备份，还是备份

备份你的所有工作，制定分层级的备份规则，文档代码类的小文件要多处备份。

**在备份的同时，要注意安全保密**，不要太相信云存储，还应使用含有容灾逻辑的备份结构，比如磁盘阵列。

每周至少备份一次，可以避免延期或退学，我是认真的！

## 14 工欲善其事，必先利其器

实验、写作、制图、编制等工作，对软件要求较高的同学，一定要给自己配置一台质量过硬的电脑。**即使实验室不愿出这个钱，你也要自己想办法解决。**

英语一定要过关，看文献、写论文、听讲座、学术报告都离不开英语。急迫提高英语水平的同学，也可以找外教一对一练口语。

这些钱，别怕花，值得！

## 15 完成比完美更重要

无论你花多长时间来修改你的论文，后面都会经历非常巨大的改动。所以，不要花费半个月去一遍又一遍地完善初稿，这纯属在“瞎忙”。

你要做的，就是在自己较为满意的第一稿完成时，尽快发送给导师，根据导师的指导意见来进行针对性地修改完善，这样才更有针对性，更能节省你宝贵的时间。

## 16 不要总拿自己和别人比较

人生的路各有不同，才会精彩纷呈。

读到博士的人，大概也到了成家立业的年纪了。看到身边的小伙伴们结婚生子、买房加薪，父母或旁敲侧击该找对象，或直言明示要不别念啦，早点去社会上磨练吧，再加上身边各种牛人，着实科研压力山大。

但不要和别人去比，做好自己才最重要。**因为每个人的time zone不同，你只要在你自己的时间线下做纵向对比就好了。**

You are not too early, you are not too late, you are very much on time in your time zone。





## 17 抓住机会离开实验室，去运动放松

虽然读博期间，实验室就像你的家一样，每周7天至少6天，一天24小时甚至超过16小时都在这里待着。

但是，实际上不要总待在同一个地方，这对心理健康比较好。

所以，多出去运动运动，跑跑步、打打球，多参加一些俱乐部、社团，发展一些个人爱好，和狐朋狗友浪一圈。身心愉悦的情况下，学习效率要比一味埋头苦干要高得多。

## 18 记下来所要做和做过的所有内容

这主要包括组会记录、实验方法的详细信息、代码注释等等，不管你记性多好，总有一个你抖过的机灵，让你绞尽脑汁都想不出来当时为啥这么做。

找一个可以存放文件以及各种记录的地方，使用有意义的组织形式和标签，这样会在后期节省大量时间。

## 19 勇于展示你的工作

展示的场合可以是小组会，也可以是学术会议，甚至还可以是与其他教授或博士的聊天，等等，更多、全面地展示你取得的工作成绩，可以让你变的更加自信。

与此同时，及时获得不同人员对你研究工作的反馈意见，可以更好的改进工作。

## 20 做一个好人

“聪明是一种天赋，善良是一种选择”，这句话在我整个读博期间感受太深。

聪明固然重要，但是渐渐的，你会发现**努力和善良会是更为重要的品质**，后两者往往才是决定我们能不能实现人生梦想的最关键因素。

具体说来，一个实验室里的好人，至少是在一个人实验时能慎独；和同伴一起做实验时，会在关键时刻主动承担责任，哪怕有时候自己看起来“吃亏”；成为实验室前辈后，抽出一定的时间来帮助后辈，科研上的或者生活上的，等等。

人生路很长，好好走，不急一时。拿到博士学位，是一个充满新奇体验的过程，它可以让你有机会去研究一些让你着迷的问题。所以，读博的同志们，致敬伟大的自己。

逝者如斯，往事已成历史，更不会再有“假如”之说，但希望个人的经验教训能对后来人有所启发。

**最后，送给所有读博人一句共勉的话：**

“决心要行的路，怎能没有暴风拦路，前进吧，诸位！”



如果觉得有用，就请分享到朋友圈吧！



**极市平台**

为计算机视觉开发者提供全流程算法开发训练平台，以及大咖技术分享、社区交流、竞...  
765篇原创内容

公众号

▲点击卡片关注极市平台，获取**最新CV干货**

公众号后台回复“**CVPR21检测**”获取CVPR2021目标检测论文下载~

## 极市干货

神经网络：视觉神经网络模型优秀开源工作：timm库使用方法和最新代码解读

技术综述：综述：神经网络中 Normalization 的发展历程 | CNN轻量化模型及其设计原则综述

算法技巧 (trick)：8点PyTorch提速技巧汇总 | 图像分类算法优化技巧



# CV技术社群邀请函 #



△长按添加极市小助手

添加极市小助手微信 (ID : cvmart4)

备注：姓名-学校/公司-研究方向-城市（如：小极-北大-目标检测-深圳）

即可申请加入极市目标检测/图像分割/工业检测/人脸/医学影像/3D/SLAM/自动驾驶/超分辨率/姿态估计/ReID/GAN/图像增强/OCR/视频理解等技术交流群

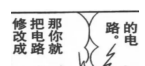
每月大咖直播分享、真实项目需求对接、求职内推、算法竞赛、干货资讯汇总、与 10000+来自港科大、北大、清华、中科院、CMU、腾讯、百度等名校名企视觉开发者互动交流~

觉得有用麻烦给个在看啦~ ○

阅读原文

喜欢此内容的人还喜欢

我是如何从头开始写一篇顶级论文的



计算机视觉与机器学习



一文详解视觉Transformer在CV中的现状、趋势和未来方向（分类/检测/分割/多传感器融合）

自动驾驶之心



博士生涯的试错

物理所研究生教育

