

最有效的学习方式 - 学习金字塔

最有效的学习方式 - - 学习金字塔



两周后我们大概记得什么		涉及本质
我们说过和做过的事记得 90 %	实际做事 模拟实际经验 做一场引人注目的演讲	主 动
我们说过的事记得 70 %	做正式的演讲 参与讨论 当场看到事情完成	被 动
我们听过和看过的事记得 50 %	观看示范说明 看展览展示 看电影	
我们看过的事记得 30 %	看图片	
我们听过的事记得 20 %	听讲	
我们读过的事记得 10 %	阅读	

美国学术界在1946年一项研究显示了不同学习方式的效益，准确的说，是学习者在两周以后还能记住内容（平均学习保持率）的多少。上图是当时美国教育学家埃德加·戴尔（Engar Dale）研究出的“学习金字塔”（The Cone of Learning）。“学习金字塔”表明，**阅读和听讲是最不效率的学习方式，实干（教授、实践、讨论）才是最有效的学习方式**。而且这两种学习方式之间知识的留存率差距极大。

这和目前我们所接触的主流学习方式是很不同的，并非只有读书，听讲才是“学习”，其实这恰恰是**信息留存率最低**的（它的优点是信息获取的速度和数量）。我们的教育体系也主要通过阅读和听讲进行教学，而缺少讨论实践。

本人大学时期常去图书馆看书，但书看得越多，和人分享交流的欲望就越强，闷头看完几本好书后，总有种不吐不快的感觉，闷头读太多书会不消化的，像吃饱撑着了。

所以书一定要读，而且要用大块时间来读。读书是一个吸精华去糟粕的过程，而**讨论、实践、教授**是巩固这些精华的方法，也是从书本知识到实际应用的必经之路。只有这样才能真正把书读透，把知识学懂，把知识用起来。

的方法，也即是真正做到知行合一的途径。知乎就是对看书很好的补充之一，这里能学习，讨论，是运用知识教授他人、解答问题的很好的平台，而在这个过程中最受益的恰恰是你自己。另外，看书的目的除了提高修养见识，不就是解决各种问题吗？

我想，更立体的学习方式相对单纯的看书长远收益显然是更大的。

来源： <<http://www.zhihu.com/question/20982901/answer/21761628>>