

|                                                                                           |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Do czytelnika</b> . . . . .                                                            | 3  |
| <b>Model metody — czy metoda?</b> . . . . .                                               | 7  |
| Pewność całkowita i „pewność statystyczna” powodzenia . . . . .                           | 7  |
| Plastyczna organizacja czynności . . . . .                                                | 12 |
| <b>Od szkoły do uczelni</b> . . . . .                                                     | 18 |
| Metody kierowania własnym czasem . . . . .                                                | 23 |
| Tam, gdzie uczą tylko na pamięć . . . . .                                                 | 26 |
| Uczenie się na pamięć wykładów . . . . .                                                  | 27 |
| Uczenie się na pamięć podręcznika . . . . .                                               | 28 |
| Tam, gdzie uczą nie tylko na pamięć . . . . .                                             | 31 |
| Samodzielność w pracy . . . . .                                                           | 32 |
| <b>Samorganizacja psychiczna studenta</b> . . . . .                                       | 36 |
| Cele i ocena informacji . . . . .                                                         | 36 |
| Precyzja myślenia . . . . .                                                               | 36 |
| Uproszczony „rachunek celów” . . . . .                                                    | 39 |
| Stopniowalność celów . . . . .                                                            | 42 |
| Ocena informacji . . . . .                                                                | 43 |
| Samodzielność i odwaga oceny . . . . .                                                    | 45 |
| Nie potrafiłem znaleźć tytułu dla tego fragmentu . . . . .                                | 47 |
| Sprawność psychiczna . . . . .                                                            | 51 |
| <b>Cecha specyficzna pracy umysłowej: koncentracja uwagi w polu wewnętrznym</b> . . . . . | 62 |
| Koncentracja uwagi w czasie czytania . . . . .                                            | 64 |
| Koncentracja uwagi przy rozwiązywaniu problemów . . . . .                                 | 66 |
| <b>Metodyka kilku rodzajów prac umysłowych</b> . . . . .                                  | 71 |
| Wstęp: Rodzaje informacji . . . . .                                                       | 71 |
| Dobór informacji: biblioteki, bibliografie, katalogi, przeglądanie książek . . . . .      | 74 |

|                                                        |            |
|--------------------------------------------------------|------------|
| Sporządzanie podręcznej bibliografii . . . . .         | 86         |
| Szybkość czytania . . . . .                            | 88         |
| Notowanie . . . . .                                    | 97         |
| Notowanie wykładu . . . . .                            | 97         |
| Notowanie dyskusji . . . . .                           | 100        |
| Notowanie treści z książki lub czasopisma . . . . .    | 102        |
| Rozwiązywanie problemów . . . . .                      | 105        |
| Zapamiętywanie . . . . .                               | 115        |
| Metoda zapamiętywania niedosłownego . . . . .          | 116        |
| Metoda zapamiętywania dosłownego . . . . .             | 118        |
| Seminaria i ćwiczenia . . . . .                        | 121        |
| Seminaria . . . . .                                    | 121        |
| Ćwiczenia . . . . .                                    | 128        |
| Egzaminy . . . . .                                     | 130        |
| ITS . . . . .                                          | 137        |
| Struktura i styl naukowej pracy dyplomowej . . . . .   | 144        |
| Układ rozdziału . . . . .                              | 144        |
| Strona graficzna, styl, język . . . . .                | 146        |
| Podział pracy na części . . . . .                      | 148        |
| <b>Planowanie pracy własnej . . . . .</b>              | <b>159</b> |
| <b>Organizacja, organizacja, organizacja . . . . .</b> | <b>165</b> |
| Organizacja pomieszczenia . . . . .                    | 165        |
| Organizacja warsztatu pracy . . . . .                  | 170        |
| <b>Higiena pracy umysłowej i odpoczynku . . . . .</b>  | <b>179</b> |
| Psychohigiena pracy umysłowej . . . . .                | 182        |
| Higiena odpoczynku . . . . .                           | 194        |
| <b>Etyka pracownika naukowego . . . . .</b>            | <b>203</b> |
| Wąsko pojmowana etyka zawodu . . . . .                 | 203        |
| Szerzej pojmowana etyka zawodu . . . . .               | 206        |
| Etyka człowieka — pracownika nauki . . . . .           | 208        |
| <b>Zakończenie . . . . .</b>                           | <b>212</b> |
| Kilka uwag o uczelni wyższej i studentach . . . . .    | 212        |
| <b>Bibliografia . . . . .</b>                          | <b>222</b> |

