



“学习是件快乐的事”

——访我市高考文科第一名高瑞彦

6月25日，全省高考成绩公布，淇县一中考生高瑞彦以608分（数学142分、英语135分、语文122分、文综209分）的总成绩，位列我市高考文科第一名。

娇小的身材，利落的短发，腼腆的笑容，高瑞彦一副乖巧小女孩的模样。然而，就是这个看似平凡而且有些柔弱的17岁女孩，凭着自己的努力和坚韧在高考中一鸣惊人。

6月29日上午，记者来到位于淇县高村镇漫流村的高瑞彦的家中，采访了这位高考文科第一名。

记者在家中见到了年仅17岁的高瑞彦：娇小的身材、朴素的衣着、利落的短发、腼腆的笑容，站在记者面前的高瑞彦一副乖巧小女孩的模样。高瑞彦的脸上始终带着笑容，翘起的嘴角让她显得很可爱。面对采访，高瑞彦显得更加腼腆，而在回答记者的提问时，她也格外谦虚。谈话间，她多次重复“其实我真的跟别人一样，没什么特别的”这句话。然而，就是这个看上去平凡且有些柔弱的17岁女孩，用自己的努力和坚持在高考中一鸣惊人，拿到了我市文科第一名。

“我感觉查不查应该都是600分左右，就没有熬夜等着查分”

6月25日晚，就在许多考生忐忑不安地等待可以查高考成绩的那一刻的到来时，高瑞彦却像往常一样早早地睡下了。当晚24时刚过，一直守在电脑前的高瑞彦的舅舅打来了电话，高瑞彦的父亲高海来慌忙接起。“考得不错，608分！”听到女儿的成绩，高海来一直悬着的心终于落了地。看着女儿睡得正香，高海来不忍心叫醒她，便揣着满心的喜悦先睡下了，他等着第二天一大早再告诉女儿这个好消息。

26日早晨，高瑞彦一觉醒来便看到了窗外灿烂的阳光和比阳光更灿烂的父亲的笑容。“猜猜多少分？跟你估的差不多，608分。”听到父亲的话，高瑞彦也开心地笑了，最终的成绩如她所料。之前估分时，经过反复估算，高瑞彦觉得自己成绩应该在600分

到610分之间，并感觉浮动不会太大。也正是出于这份自信，她才能在高考成绩公布的当晚像往日一样安心入睡。“就是觉得成绩跟估计的应该不会差太多，应该就是600分左右，我一点儿也不担心，所以就没有熬夜等着查分数。”高瑞彦这样告诉记者。

“真正投入进去的时候，我迎来了高中以来的第一个年级第一”

提起学习，高瑞彦告诉记者，其实她的成绩并不一直都是这么优秀。小学和初中时，她的成绩在全校排名仅仅属于中上等，从来没有拿过第一名。考入淇县一中时，她的人校成绩是年级二百多名。即便是高一上半学期，她也是在边玩边学中度过的，但与入校时相比，她的成绩已经进入了年级前一百名。

高一下半学期，高瑞彦的班主任韩培银向同学们推荐了一种“结对子比学法”，以达到同学间互相激励的效果。当时，韩老师将高瑞彦与另外一名女生结成了一对。两人在平日里是无话不谈的好朋友，在学习中却成了竞争对手。在接下来的两次考试中，高瑞彦接连在对手面前败下阵来。沮丧之余，她心里也充满着不服气。之后，两人开始在学习上暗暗较劲，成绩竟然都突飞猛进。

如果说“结对子比学法”激起了高瑞彦的斗志，那么灵山徒步之行则坚定了她考上大学的决心。

2007年5月初的一天，为了磨炼学生的意志，淇县一中组织全体师生徒步前往灵山。具体走了多少路，高瑞彦不知道，只知道来回走了整整一天。一天的徒步旅行也给了高

瑞彦足够的自我反思时间。太阳晒着，汗水流着，脚上磨出了血泡，她却浑然不觉。“那一路上，我想了很多。想到再有短短的两年时间就要高考时，我突然之间觉得不能再这样下去了，有种醍醐灌顶的感觉。”高瑞彦回忆道。

那次的徒步旅行后，高瑞彦像是突然变了一个人。“突然觉得身上的担子重了，我开始对学习特别重视起来。或许是更用心、更专注了吧，我的名次开始不断地往前提。终于在两个月后的高一的期末考试中，我拿到了高中以来的第一个年级第一。这让我和老师都很意外。”高瑞彦说。

“学习其实是件快乐的事”

当被问及有没有特别的学习方法时，高瑞彦腼腆地表示，其实自己跟其他人没有什么不同之处，也没有什么特别的学习方法。“不过，我觉得我的好成绩或许得益于我很享受学习的状态。有的同学会觉得学习是一种负担，但对于我来说，学习却是件快乐的事儿。我喜欢学习，喜欢学习带来的充实感和成就感。”高瑞彦说。

“就拿英语来说，我很喜欢读一些英语小故事、小笑话等，也经常买这些书来看，这样在放松的同时也培养了自己的语感，提高了英语成绩，何乐而不为？”高瑞彦说，她会凭自己的兴趣选择些英语小短文来阅读，在阅读过程中遇到简单些的生词时她会根据上下文猜测它的意思，而不会每遇到一个生词就查字典，让阅读成为一种负担。虽说读得不细，但长期坚持下来，却有助于培养语感，不知不觉中英语水平就得到了提高。

“说起数学，有些同学喜欢搞题海战术，对此我并不认

同。题海战术一方面浪费时间和精力，另一方面效率也不高。我觉得数学题应该有选择地做，而且彻底弄懂一道题胜过囫圇吞枣地做十道。”数学考出了142分高分的高瑞彦谈道。她还表示，自己一般会跟着老师的步子走。“毕竟老师的教学经验比较丰富，知道哪些题有代表性，哪些题型考试时会经常出现，哪些知识点比较重要，按照老师的安排去做会节省很多精力。”高瑞彦说。

在学习中，高瑞彦还提倡通过手脑并用和自主钻研来加深记忆。“建立错题本是很多学生学习的诀窍，我也有自己的错题本。不过我的错题本关键不在‘本’，而在于建立的过程。我把错题一道题记录到本子上，然后重新认真解答，在这个重新解答的过程中，我就把曾经错过的知识点记住了。”高瑞彦说，“遇到难题的时候我喜欢自己钻研，而不是先去听老师的讲解。自己钻研出来的东西记得更牢，也更有成就感。”

提到女儿的学习，父亲高海来告诉记者：“这孩子在学习上特别执着，这在她上小学的时候就表现出来了。为了完成老师布置的作业，她能熬到半夜12点，不做出就不睡觉。”

学习、休息两分明，紧跟老师走

“我平时也会留意那些考试精英们的学习故事，并以他们为榜样激励自己。说实话，和他们比起来，我真是普通得不能再普通了。”当记者夸奖高瑞彦学习努力时，她谦虚地说道。

高瑞彦告诉记者，她并没有很独特的学习方法，也不像很多学习尖子那样特别会挤时间，之所以能取得这样的成绩，大概与她一直以来坚持的

学习习惯有关。她始终要求自己“学习、休息两分明”，学习的时候就认真学，休息的时候就放开了休息。“把学习、休息安排妥当了，学习效率就会非常高，效果也很不错。”高瑞彦说。

据高瑞彦介绍，为了熟练掌握各科知识，她每天都会安排自己在固定的时间复习固定的科目。比如说，利用早读的一个小时背语文和英语，中午用半小时到一小时的时间做些数学题，晚上花半小时到一个小时的时间复习文科综合。当被记者问及为什么比很多考生花在学习上时间少却能够取得如此好的成绩时，这个17岁的小姑娘不好意思地笑了：“其实我主要还是跟着老师的计划复习，所以自主复习的时间就会比较短。另外，由于我的记忆力比较好，虽然每天给自己安排的复习时间不长，但效果还算不错，而且一天下来各科也都都有所兼顾，不会因为长时间忽略了哪一科而在做题时感到生手。”在采访过程中，高瑞彦还反复告诉记者，她之所以最看重课堂学习，是因为老师们经验丰富，能引导大家高效学习，她相信老师会让自己少走弯路。

由于家离学校比较远，高瑞彦每个月只有一天时间能回家。“每到这个时候，我会美美地睡上一觉。”高瑞彦告诉记者，她平时也有很多娱乐的方式，比如听歌、画画、跑步等等。“因为我年纪小，在班上大家都把我当成小妹妹，也都喜欢跟我一起玩儿。而我只要有时间就会好好放松一下。”高瑞彦笑着说。

心态决定成败

高考是一场持久战，除了知识的积累外，心态的好坏同样决定着最终的成败。作为我市文科第一名的高瑞彦在高考前也经历着一场心理战，而

这主要是由于她的成绩过于优异造成的。“高三一年大概有十次联考，除了第二次和第三次我考了第二名外，其余几次我都是第一名，而这其中还有几次是全市第一名。说实话，我当时压力挺大的，特别害怕自己高考时不能发挥正常水平。”

高瑞彦说，为了给自己减压，一次考试时，她故意马虎地做卷子，没想到考出来还是第一名。“虽然老师、家人都给了我很多关心，但我还是喜欢靠自己缓解压力、调整心态。”据她回忆，当时学校每一两个月都会安排心理老师讲课，而她自己平时也喜欢收集一些有关心理调节方面的书籍。高考前最后一两个月，当别的考生忙着冲刺的时候，高瑞彦则把重心放在了心态的调整上，因为她认为那个时候自己的水平基本已经定型，应该不会有太大的波动，最重要的是保持一个平和的心态。而每当遇到心情波动时，她会选择唱一些励志歌、画几张画或者到操场上跑跑步来放松心情。但更多的时候，她更愿意自己静静地思考，通过积极的心理暗示把坏情绪赶走。

梦想成为一名大学教师

“一个非常朴素的学生。”提起高瑞彦，她的班主任臧兰泉这样评价。臧老师告诉记者，高瑞彦是一个很文气的女生，虽然很优秀却不张扬。和她同班的女孩子很多都已经开始注重穿衣打扮了，但她衣着从来都很朴素，另外她在生活上也非常节俭。因为她对待学习的态度一直非常认真，心态也比较平和，所以才能取得这样的成绩。

在对高瑞彦的采访过程中，她的父母也会偶尔插上几句话，虽然言辞不多，但是句句透着对女儿的疼爱。“瑞彦非常乖巧懂事，学习上我们帮不了她，最多也就是在她用钱的时候给她支持，可这孩子从来没有乱花钱。高三的时候怕她在学校吃不好，她每次回家我们都叮嘱她在学校吃些好的，可她每个月的生活费始终在两百多元。”

当记者问起高瑞彦的梦想时，眼前这个小姑娘突然显得很不好意思。“我觉得我最大的优点是能够做好眼前的事，但在对未来的规划上还是稍有欠缺的。这次我填报的志愿是南京大学，这段时间我主要是安心在家里等待录取通知书。至于未来的梦想，我希望自己大学毕业后能留到大学教书。之所以喜欢大学教师这个职业，主要是由于一直以来就对教师这个职业存在好感，从小到大我身边的老师也都对我特别好。另外，我对美丽的大学校园也充满了憧憬，我期待着有一天自己能够在那里工作。”高瑞彦说。