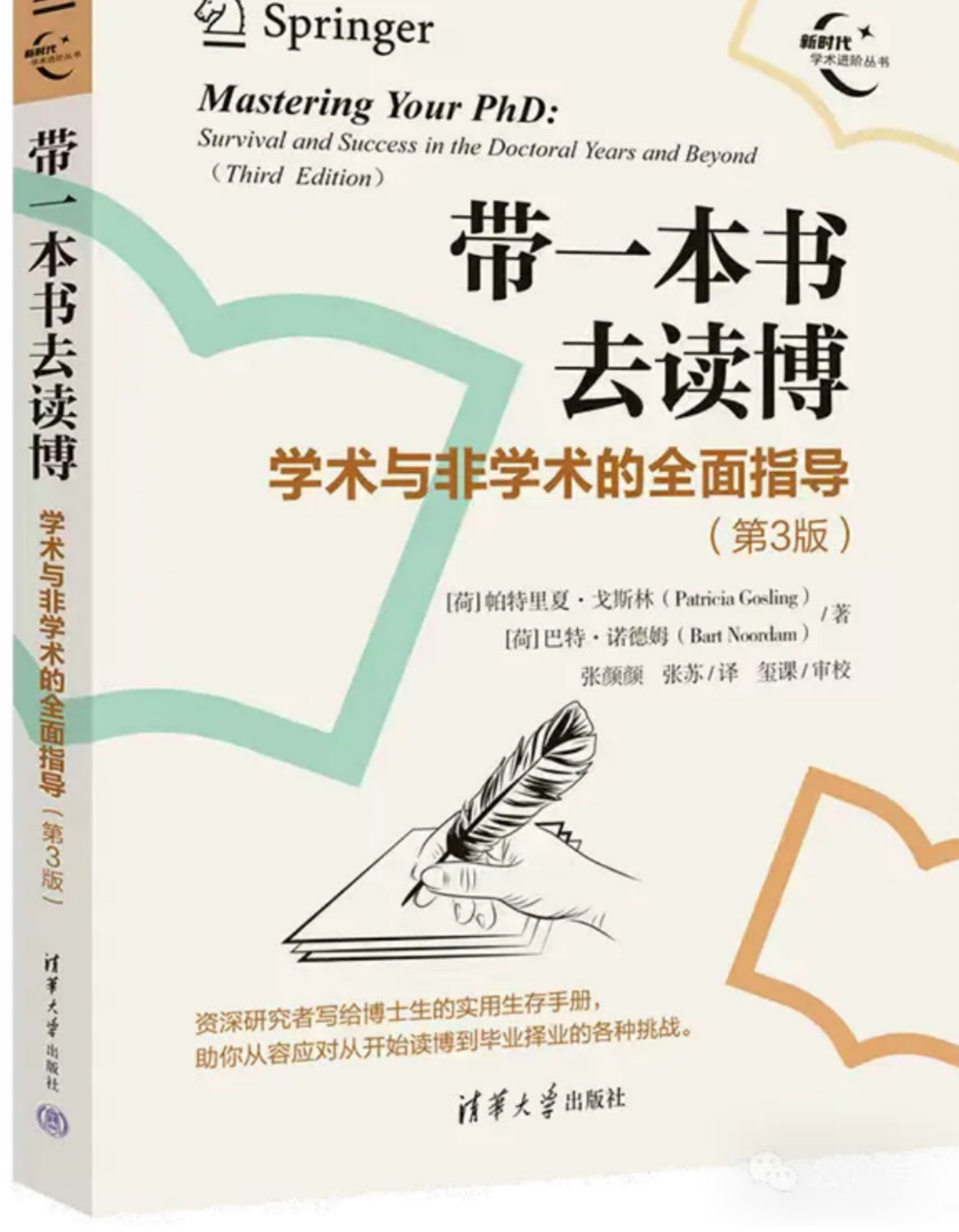


导读：在博士教育的世界里，学术训练固然重要，但掌握如何高效组织工作、沟通协作、应对挫折以及规划职业道路，同样决定着每一位博士生的成长与成功。许多博士生在毕业多年后回顾发现，真正对职业发展和科研成长最有价值的，并非单纯的论文内容，而是解决复杂问题、与人高效合作的能力。与此同时，教育界也越来越关注如何让博士教育兼顾深度科研与跨学科能力培养，让学生在科研生态中更具竞争力。

《带一本书去读博：学术与非学术的全面指导（第3版）》

本书作者以丰富的科研经验为基础，将学术之外的实践技能与博士学习深度融合，通过一个多学科团队合作修复古典大师画作的生动案例，为读者呈现如何在真实科研项目中应用沟通、规划、时间管理与团队协作等能力。书中既有针对研究生日常科研的操作指南，也提供了对职业发展和非学术路径的深刻洞察。对教育者而言，这不仅是一部指导博士生的实用手册，更是一扇了解博士教育全貌、思考如何培养跨学科能力和创新素养的重要窗口。无论您关注学生的科研能力，还是整体成长，这本书都提供了值得借鉴的思路和方法。同时，第3版增加了大量新内容，包括关于远程学习、协作与沟通工具的深度建议，同时也涵盖了获得梦寐以求的博士学位后，下一步职业发展新内容。



《带一本书去读博：学术与非学术的全面指导（第3版）》

[荷]帕特里夏·戈斯林

[荷]巴特·诺德姆著

张颜颜 张苏 译

清华大学出版社

图书前言

为什么要读一本关于获得博士学位的书

博士生和他们的导师往往只专注于与博士论文相关的研究内容。而所有其他问题通常被认为是理所当然的：如何组织工作、做演示、开展团队合作、应对主管，以及有效管理时间。许多曾经的博士生在被问及职业发展时，普遍认为研究生阶段的整体经历——包括学习解决复杂问题和与人有效协作——比论文的实际内容更有价值。本书的目标是将那些在学术领域之外被证明有效的沟通与组织技能，应用于博士生的世界，并鼓励他们掌握获得博士学位过程中非学术方面的能力。希望本书包含的建议和意见能帮助研究生充分利用（并充分享受）他们的博士学习时光，也能在他们为博士后职业生涯做准备时提供一些急需的支持。

在听说这个项目后，英国的一位教授这样说：“这本书不应该出版。”获得博士学位就像游过一个湖。有些学生不会游泳，所以他们会下沉。而这正是学术体系挑选成功者的方式。给学生提供一本关于如何游泳的书，他们会突破并破坏这个体系。我们认为这段话是对本书最好的宣传。当然，我们相信，学会游泳——成功上岸的确是最好的。**事实上，我们认为，在读博士期间掌握某些技能和到达湖对面去领取奖章（获得博士学位）同样重要。**

问题：拯救一幅古典大师画作免受时间摧残

为了帮助阐明本书中概述的一些原则和建议，我们将跟随一个研究生团队，完成一个重要的项目——拯救一幅无价的古典大师画作，使其状况免于进一步恶化。这是洛伦佐·莫纳科（Lorenzo Monaco）创作于约1414年的《圣母加冕》（The Coronation of the Virgin）。画的中间部分，圣母玛利亚的长袍目前是白色的；然而，技术检测表明，这件长袍最初是略带深桃红色的淡紫色。修复师可以用红色颜料对画作进行修复，但如果长袍仍在褪色，就会出现色差。因此，辨清原始颜料的正确成分，准确理解褪色过程的本质，对于进行完全修复至关重要。

伊莎贝尔是一名化学专业的博士生，她将分析这幅画颜料的化学成分。她的挑战在于，如何利用现有的分析技术来研究来自画作的样本，通常这些样本微小到几乎无法用肉眼看见。

优素福是一名物理学博士生，他将专注于计算某些颜料复合体的褪色速率，以及解决能否在画作中重建原始颜色这一重要问题。此外，优素福项目的一个重要方面是开发新的分析技术，该技术能够帮助从这些珍贵的颜料样本中获取尽可能多的信息。

彼得正在攻读艺术史博士学位。他的项目将基于画作的色彩运用对其进行解读，尤其是当色彩被认为具有宗教或象征意义时。色彩的选择可能也是这位特定艺术家的典型特征。例如，圣母玛利亚的长袍现在是白色的，最初却是略带深桃红色的淡紫色，这可能象征着她作为基督母亲的纯洁，而紫色调则是她作为天堂女王的皇室象征。为了找到解决画作持续退化问题的办法，团队成员必须依赖各自的数据，进行合作。有效的沟通、规划和合作将是他们成功的关键。

这三名研究生在同一所大学，但分属不同的研究部门。伊莎贝尔加入了一个由资深教授领导的成熟团队。优素福在一个由世界知名教授领导的大型团队中工作，团队中有许多博士生和博士后。彼得则是一个年轻助理教授的两名博士生之一。

为了成功完成这个项目，团队需要运用许多他们原本没打算使用的技能，包括良好的沟通、恰当的规划和有效的的时间管理。



作者简介

帕特里夏·戈斯林，荷兰奈梅亨大学获得生物无机化学博士学位。戈斯林博士在其大部分职业生涯投身于医药和医学传播领域，曾在荷兰、德国、马来西亚及瑞士生活和工作。她在医药/生物技术行业拥有二十余年法规事务和临床医学撰稿人及文档专员经验，目前是一名自由学术编辑，主攻自然科学领域。

巴特·诺德姆，荷兰阿姆斯特丹大学获得物理学博士学位。诺德姆博士现任阿斯麦荷兰总公司（ASML Netherlands BV）的战略高级副总裁，ASML为半导体行业的创新领导者。此前，他曾担任阿姆斯特丹大学理学院院长。作为物理学教授，他在十年的时间里指导了多位博士生。他还曾任阿姆斯特丹国家研究院院长、麦肯锡公司战略顾问，并创立了荷兰多个省份的区域审计组织。

译者简介

张颜颜，女，博士，毕业于日本东北大学。研究方向为翻译理论研究。2023年进入湖南大学外国语学院从事博士后研究至今。在国内外高水平期刊发表论文5篇，主持日本国家级项目1项、中国省级项目1项。

张苏，女，博士，毕业于日本东北大学，副教授，研究方向为外语教育、外国语言文化、第二语言习得。2017年进入大连海洋大学外语与国际教育学院从事教育教学工作至今。在省级以上正式刊物发表论文27篇；出版著作2部，教辅3部。

目录

- 1、选择研究小组：优势与陷阱 001
- 2、步入正轨 010
- 3、设定目标与任务 015
- 4、如何像科学家一样思考 024
- 5、设计严谨的实验 031
- 6、每月追踪研究进展 040
- 7、应对挫折 047
- 8、职业导师、领导力与学术社群 055
- 9、如何与实验室同事相处 061
- 10、团队协作：应对棘手同事 077
- 11、高效沟通的艺术 082
- 12、掌握汇报与小组会议技巧 094
- 13、检索科学文献 107
- 14、你的第一次国际会议 114
- 15、远程协作 125
- 16、从数据到手稿：撰写出彩的科学论文 134
- 17、庆祝你的成功 149
- 18、如何充分利用年度评估 154
- 19、最后一年：论文答辩倒计时 164
- 20、撰写博士论文：风格指南 174
- 21、终章：以自信和风采答辩你的论文 185
- 22、综合考量：博士毕业后何去何从 192
- 23、业界适合你吗？值得探索的机会 203
- 24、探索非营利组织 214
- 25、经验教训 222

致谢 227