

<<掌控记忆>>

图书基本信息

书名：<<掌控记忆>>

13位ISBN编号：9787508631684

10位ISBN编号：7508631684

出版时间：2012-4

出版时间：中信出版社

作者：[英]东尼·博赞

页数：278

译者：晓榭

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<掌控记忆>>

前言

<<掌控记忆>>

内容概要

《掌控记忆》是思维导图系列丛书最新的一本，重点介绍了SEM3这种超级“记忆矩阵”。结合思维导图。

《掌控记忆》介绍了最新的现代大脑研究成果，剖解记忆规则是如何与最新的大脑运作理论建立联系的。首先介绍了记忆的3个基本规则（联想、意象、定位）和12个技巧（感官、运动、联想、性、幽默、想象、编号、符号、颜色、顺序、积极的意象、夸张）。接着介绍了基本记忆法，讲解专用数码表的构建，并在此基础上将记忆单位从100项扩展到10000项，构建自己的自我增强型以及矩阵（SEM3），掌握了这个矩阵，就能学习和记忆任何想要记住的重要数据系统，建立并拥有各种知识模块，包括音乐、艺术、文学、科学、天文学、语言、历史和世界地理，堪称是一本记忆力锻炼的实用之作。

<<掌控记忆>>

作者简介

[英] 东尼·博赞

1942年生于伦敦，1964年毕业于英属哥伦比亚大学，获得心理学、英语语言学、数学和普通科学等多个学位。

大脑和学习方面的世界超级作家，出版了80多部专著或合著，系列书销售量已达到1 000万册。

全球的公众媒体人物，在英国和国际电视台出现的累计时间超过1 000个小时。拥有超过3亿的观众和听众。

大脑和学习方面的世界顶尖演讲家。
被称为“智力魔法师”、“世界大脑先生”。

世界记忆力锦标赛、世界快速阅读锦标赛、脑力奥林匹克运动会的创始人。

<<掌控记忆>>

书籍目录

- 致谢
- 前言1
- 前言2
- 第1章 令你终生难忘的故事
- 第2章 掌握记忆并学会运用它
- 第3章 记忆运转的证据：简单、有效的关联法
- 第4章 记忆的原则和技巧
- 第5章 基本记忆法
- 第6章 SEM3 (自我增强型记忆矩阵)：学习记忆的整体技巧
- 第7章 记忆人生：记忆大师福尼的故事
- 第8章 画家
- 第9章 作曲家
- 第10章 作家
- 第11章 世界最杰出的20位天才
- 第12章 莎士比亚：戏剧全集
- 第13章 词汇：前缀、后缀和词根
- 第14章 语言
- 第15章 国家和首都
- 第16章 英国的国王和女王
- 第17章 人体：肌肉组织
- 第18章 元素
- 第19章 太阳系
- 第20章 记忆你的生活：你的过去和未来
- 参考书目

<<掌控记忆>>

章节摘录

<<掌控记忆>>

媒体关注与评论

<<掌控记忆>>

编辑推荐

《掌控记忆》将有效提供：最新的学习和记忆实验的证据，证明人类的大脑具有惊人的准确性；记忆的规则和技巧，不仅帮助你提高记忆力，而且锻炼你所有感官的能力；重要的记忆方法——基本记忆法（the Major System）；SEM3（自我增强型记忆矩阵），学习和记忆任何你想记住知识的重要系统。

《掌控记忆》将向你证明：你的记忆力比你自已所能想象的要好得多！

SEM3问世之后，越来越多的公司或机构开始关注它，它们以网络或其他的形式不断地推广和发展SEM3的理念，帮助人们更好地使用SEM3，踏上神奇记忆的梦幻之旅。

这本书将使你发现，在培养你的记忆系统和记忆各种基本知识结构的过程中，你不仅能使自己的“记忆肌肉”变得更加强健有力，而且还能增强自己的注意力和创造力。

<<掌控记忆>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>