

## <<大脑使用说明书>>

### 图书基本信息

书名：<<大脑使用说明书>>

13位ISBN编号：9787560047829

10位ISBN编号：7560047823

出版时间：2005-4

出版时间：外语教学与研究出版社

作者：东尼·博赞

页数：63

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>

## <<大脑使用说明书>>

### 内容概要

你是否经常为记忆力衰退而苦恼？  
你是否发现笔记记得越多，思维也越混乱？  
你是否经常为琐事缠身而苦无分身之术？  
你是否总是感叹一天的时间太少？  
思维导图来了！  
它可以“解救”你！

思维导图是一种终极的思维工具，由英国“记忆之父”东尼·博赞发明，并在全球得到广泛推广，已成为21世纪风靡全球的思维工具，到目前已被世界上2.5亿人所使用。

思维导图注重开发人的左、右脑，运用线条、符号、词汇和图像，把一长串枯燥的信息变成彩色的、容易记忆的、有高度组织性的图，它绘制起来非常简单，而且十分有趣！  
它可以帮助人们改善思维，提高记忆力和办事效率。

《思维导图：大脑使用说明书》借助一些简单的事例，从零开始教你如何绘制思维导图，你会很快为你惊人的创造力、你取得的成绩，以及思维导图给你日常生活带来的实际帮助所鼓舞！而且你会发现思维导图可以应运于你生活的方方面面，是你生活的得力助手！

让每个人接受思维导图是东尼·博赞的一个心愿，于是他动手写了本书。  
思维导图神奇般地改善了东尼·博赞的生活，相信对每一个阅读此书的读者也一样。

<<大脑使用说明书>>

作者简介

## <<大脑使用说明书>>

### 书籍目录

第一章 思维导图概述 1什么是思维导图？

你需要用哪些工具来绘制思维导图？

思维导图如何帮助你？

第二章 绘制一幅思维导图 11发现你与生俱来的绘制思维导图的能力想像和联想的游戏绘制思维导图的

七个步骤绘制你的第一幅思维导图第三章 使用思维导图，让你每天的生活更加成功 25沟通与演讲的

思维导图家庭事务计划的思维导图说服别人与谈判的思维导图计划一个浪漫周末的思维导图打电话的

思维导图开始一项新的商务风险投资的思维导图购物的思维导图把一本书变成一张薄纸的思维导图计

算机思维导图第四章 用思维导图最大限度地开发你的创造力 45用思维导图发掘你惊人的创造力线形笔

记及其问题你头脑中的万维网及其创造力伟大的天才和记笔记的方法第五章 用思维导图描绘你的理想

未来 57创造你的理想未来思维导图与未来梦想成真

## &lt;&lt;大脑使用说明书&gt;&gt;

## 章节摘录

家庭事务计划的思维导图 我的一位好朋友使用思维导图为每日、每周、每年的家庭事务制订计划。

她的思维导图通常贴在家庭“公共中心区”，而且很容易被大家发现，那就是她家冰箱的门！

她将亲自告诉你如何使用思维导图，在哪些方面使用，以及它的优势。

“在我听说有关托尼和他的思维导图之前，我的生活陷于混乱之中！

我自认为是21世纪典型的新女性——我什么都想拥有！

我是一个妻子、一个母亲，我有工作，我喜欢保持苗条的体型，我希望在所有方面都获得成功。

我当然不想漏掉任何事情，尤其是我儿子的重要活动——考试复习、参加音乐会、帮助他进行艺术设计，或者确保他在学校照相前及时剪好头发！

可是，我意识到想拥有一切就意味着我必须在家务管理方面有很高的效率。

当我为第二天的会议准备材料时，我还必须记住去干洗店取回丈夫的西服，他明天也有一个重要的会议；或者我的狗需要看兽医，而时间约在明天下午三点，正好和我的会议时间冲突了，那谁带它去呢？

这星期的哪一天我要去儿子学校？

如果明天是星期三，他需要带上足球鞋，还要上钢琴课，由于他要在学校参加预演，我得比平常晚一点去接他，回到家之后，他要在晚饭之前写作业，晚上还要洗澡，最后上床睡觉！

噢，我的母亲过两天要来——必须确认一下客人睡的床上是否有干净的床单，家里是否有足够的食物，还要寄出我们度假的保证金，否则我们的预约就要被取消了！

还要记得给苏茜打电话，告诉她因为以上所有的事我不能参加她的瑜伽训练班了。

大多数时，我们糊里糊涂地混过去了（有时学校会打来紧急电话，说是忘带了重要的东西；同样丈夫也会打来紧急电话，提醒我忘记了重要的商务晚餐，是的，我已经忘了）。

后来我听说了思维导图。

我没有想过思维导图究竟会为我的生活带来什么，我只是把想要做的事列在一张纸上，画出每天或每星期要做的事的思维导图。

这样我可以知道其他人在做什么，需要什么。

这的确很容易地就改变了我的生活！

现在我把思维导图贴在冰箱门上，可以直观地看到下星期需要做的事情。

我们在周末一起绘制它，然后在下一周当中不断完善它。

我从未想到我的生活是如此高效地运转。

”我的朋友证实了思维导图是一个记下你必须做的所有事情的好方法，它有条理、有组织性。

你可以绘制一张全景式的思维导图，也可以绘制一系列小的思维导图，覆盖你未来活动的各个领域。

这些思维导图能够帮助你更好地控制未来，并且会帮助你更简单、更有效率地制订计划。

有关这个主题的思维导图的范例，请参阅图4。

说服别人与谈判的思维导图 说服别人从我们的角度看问题，是一种必要的生存技能。

我们的日常生活和我们生活的每一步都要涉及说服别人。

无论是决定到什么地方度假，还是为一笔交易讨价还价，或是试图卖出什么东西，甚至应聘某个工作，其结果都取决于我们说服别人的能力。

.....

<<大脑使用说明书>>

媒体关注与评论

## <<大脑使用说明书>>

### 编辑推荐

《思维导图:大脑使用说明书》教你如何动员自己的大脑，神奇般地改善读者的生活。

《思维导图:大脑使用说明书》是思维导图系列丛书里最核心的一册，累计销量已突破2000万册！

## <<大脑使用说明书>>

### 名人推荐

思维导图确实是一种加强逻辑思维与记忆的很好工具，大家都应该掌握这种方法。

<<大脑使用说明书>>

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>