

<<这样记忆最有效>>

图书基本信息

书名：<<这样记忆最有效>>

13位ISBN编号：9787530944417

10位ISBN编号：753094441X

出版时间：2005-8

出版时间：天津教育出版社

作者：（美）戴维思 著

页数：221

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>

<<这样记忆最有效>>

内容概要

你想轻松记住《孙子兵法》中的“三十六计”吗？

你想在众人面前一显超强记忆力、出口不凡吗？

只要用戴维思的超效记忆法，“三十六计”就会像锁链一样挂在你的头脑里，怎么忘也忘不掉，你随时可以引经据典、脱口而出，令旁人刮目相看！

本书是《这样学习最有效》的姊妹篇，继承其特色，摈弃教条，直接从学习实例入手，向你介绍几种行之有效、简单易学的记忆方法：百闻不如一见图像记忆——如同复制“白日梦”，任你想像、发挥。

借力使力不费力联想记忆——利用熟悉的事物连接信息，省时又省力。

有头有尾不忘记连锁记忆——两两相连，顺序不乱，完美记忆从此开始。

有凭有据容易记挂钩记忆——运用形、音挂钩，记忆准确无误。

各就各位真好记定位记忆——身体名单挂钩资料，随时随地不忘记。

再也不用背数字转码法——用一幅图像搞定一串数字，开启记忆密码。

戴维思的超效记忆法将帮助你最大限度地开发记忆潜能，从而大幅度地提高学习能力。

拥有记忆的利器，你就可以胜人一筹！

<<这样记忆最有效>>

作者简介

戴维思老师毕业于美国柏克莱大学，曾在著名人力资源公司Hay Association担任管理咨询顾问，并先后在华尔街的金融投资公司、外汇投资公司、Holiday Inn集团及希尔顿国际饭店集团担任资深分析师。

现为戴维思国际学习机构总裁、思达迪学习法亚洲首席顾问，被誉为“新时代学习教练”、“记忆大师”。

他的学生包括著名英语节目《英语5分钟》主持人陈山河，著名教育家、台湾蒙特梭利启蒙研究基金会董事长单伟儒教授等。

目前戴维思老师已经出版了三部学习方法的专著：《这样学习最有效——戴维思的超效学习法》《这样学习最有效2——戴维思的超效记忆法》《这样学习最有效3——戴维思的超效阅读法》。

<<这样记忆最有效>>

书籍目录

序一 记忆是学习的重要一环序二 迈入学会学习的大门前言 一分耕耘万分收获第一章 订做一个金头脑头脑体操1订做一个金头脑用对头脑免烦恼醒脑活脑金头脑第二章 记忆的真相头脑体操2记忆从头说记忆的真相第三章 记忆可以记多久头脑体操3记忆可以记多久加速记忆强化记忆第四章 百闻不如一见——图像记忆头脑体操4图像记忆与背诵记忆百闻不如一见——认识图像记忆眼见为凭——视觉学习第五章 借力使力不费力——联想记忆头脑体操5联想的神奇力量联想记忆面面观第六章 有头有尾不忘记——连锁记忆头脑体操6连锁记忆联想与连锁图像与连锁故事与连锁加速连锁记忆第七章 有凭有据容易记——挂钩记忆头脑体操7有凭有据容易记挂钩系统面面观第八章 各就各位真好记——定位记忆头脑体操8各种记忆真有趣各就各位真好记身体名单说分明其他名单说分明第九章 再也不用背数字(上)——转码法头脑体操9学习资料面面观数字转码有机会第十章 再也不用背数字(下)——转码法头脑体操10我的00-99转码图像表00-99转码法图像表

<<这样记忆最有效>>

章节摘录

回想记忆指可以依线索找出资料，这些提示或线索建立可以有独创的方法，就像Coca—Cola(可口可乐)的独家配方，也可以像九九乘法表尽人皆知。

回想记忆的形成方法很多，各位不妨回想一下小的时候，学习的过程是充满着好奇和互动的，自己会通过各种感官来学习。

例如，小朋友学“狗”或是“dog”这个词时，会先从狗的图像学起：狗有4条腿，狗会汪汪叫，狗是很好玩的，狗会跑来跑去，狗有尾巴，等等。

看到狗这个词会联想到整体的概念，并且连接头脑的好几处感官。

所以当孩子听到汪汪声，他会联想到狗；摸到舒服的皮毛，也有可能想到狗；等到他看到马路上的狗，就真正认识了狗。

有了这些连接，头脑对这个词的回忆网络就建立得比较完整了。

回想记忆的操作 有些老师比较注重“用经验学习”，你要一边跟别人握手一边看他名片，一边观察他的样子一边听他讲话，感觉他握手的力度，等等。

这种用感官来学习的方法，只是加强了我们的感官对资料的印象。

但是我强调的是系统的方法，用一些辅助却重要的操作系统，让回想记忆变得更强有力。

在记名字时，除了通过握手感觉到他的手很粗糙，我们也可以在头脑里做一个联想，想像他的名字也有粗糙rock的感觉。

这是用刻意的联想来加强记忆，想像得越详细，记忆的回忆功能越强。

加速回想记忆 很多人都是运用左脑记忆、学习，当我们跟Rocky握手时，感到他的手粗糙，于是联想到石头，由rock想到Rocky。

当我们能通过各方面的感官和提示回忆资料时，整个记忆的功能就加强了。

我们还可以加上不断地重复资料，从死背的方法转变成灵活的复述。

复述跟死记硬背最大的差别就是，复述是不断激发头脑的线索，多念几遍，变得琅琅上口，并熟能生巧，这样提示速度会加快。

我们可以用各种方法，如右脑图像提示、线索的设定来帮助我们回忆资料。

同时我们应该用重复、复述的方法来加强熟悉感、自信心，这样才能运用起来得心应手，临场发挥也能控制得比较好。

<<这样记忆最有效>>

媒体关注与评论

你梦寐以求的超级记忆法，在短短的30分钟内轻轻松松记住80个重点词，并且顺序不乱！
在短短的30分钟内一字不漏地记住《长恨歌》，并且倒背如流！
在短短的30分钟内丝毫不差地记住元素周期表，并且应用自如！
你，再也不用死记硬背了！

<<这样记忆最有效>>

编辑推荐

你想轻松记住《孙子兵法》中的“三十六计”吗？

你想在众人面前一显超强记忆力、出口不凡吗？

只要用戴维思的超效记忆法，“三十六计”就会像锁链一样挂在你的头脑里，怎么忘也忘不掉，你随时可以引经据典、脱口而出，令旁人刮目相看！

本书是《这样学习最有效》的姊妹篇，继承其特色，摒弃教条，直接从学习实例入手，向你介绍几种行之有效、简单易学的记忆方法：百闻不如一见图像记忆——如同复制“白日梦”，任你想像、发挥。

借力使力不费力联想记忆——利用熟悉的事物连接信息，省时又省力。

有头有尾不忘记连锁记忆——两两相连，顺序不乱，完美记忆从此开始。

有凭有据容易记挂钩记忆——运用形、音挂钩，记忆准确无误。

各就各位真好记定位记忆——身体名单挂钩资料，随时随地不忘记。

再也不用背数字转码法——用一幅图像搞定一串数字，开启记忆密码。

戴维思的超效记忆法将帮助你最大限度地开发记忆潜能，从而大幅度地提高学习能力。

拥有记忆的利器，你就可以胜人一筹！

<<这样记忆最有效>>

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>