

# 发挥你的潜能



[发挥你的潜能\\_下载链接1](#)

著者:[苏] 彼得利斯

出版者:生活·读书·新知三联书店

出版时间:1992-6

装帧:平装

isbn:9787108005830

至少从理论上可以说，人的创造潜力是

不可穷尽的，人人都有可能尽善尽美地实现自我。然而在事实上，很少有人能够充分地认识自我，而使潜在的能力得到淋漓尽致的发挥。本书关于开发潜能所展示的种种方法和经验，无非在于提示，人应当对自己的智力天赋和生理素质充满信心，人是自己的造物。

作者介绍:

目录: 目录

作者提示

第一篇 什么是天才?

第一章 实现你的潜能

第一节 天才的五种描述

第二节 少年奇才与大器晚成

第三节 现象记忆

第四节 数学奇才

第二篇 你有驾驭自己的才能

第二章 了解你自己

第一节 了解天资 发挥才能

第二节 就业指导

第三节 测验与调查

第四节 目标的反省

第三章 改善自我

第一节 学会强迫自己

第二节 集中注意力的窍门

第三节 如何增强记忆力

第四章 自己教自己

第一节 在信息的海洋里

第二节 快速阅读

第三节 如何通晓多种语言

第四节 西塞罗的荣誉

第五节 教育和技术

第三篇 行为指南

第五章 让众人都明白

第一节 饮食不宜过量

第二节 人们需要空气 就象需要呼吸一样

第三节 把身体百炼成钢

第六章 长寿之道

第一节 “第三种状态”

第二节 人的修复

第三节 别害怕变老

第七章 创造力的维生素

第一节 运动与思维

第二节 生命的节奏

第三节 克服失眠症  
第四节 克服精神忧郁症  
第八章 生活的战略与战术  
第一节 “神赐的”天才与“自成的”天才  
第二节 最大负荷理论  
第三节 谁需要自我分析  
第四节 野心果真有用吗？  
第四篇 开掘创造的资源  
第九章 工作ABC  
第一节 工作环境  
第二节 人的管理工程  
第三节 达到最佳状态的方法  
第十章 人与计算机  
第一节 人与计算机：能做到的与不能做到的  
第二节 人与计算机对话  
第三节 作为助手的计算机  
第十一章 向上攀登的阶梯  
第一节 人与人工智能系统  
第二节 发明规则  
第三节 头脑风暴  
第十二章 集体天才的公式  
第一节 问题概述  
第二节 集体：一个控制系统  
第三节 谁能成为领导者  
第四节 集体与人格  
• • • • • (收起)

[发挥你的潜能\\_下载链接1](#)

## 标签

心理学

个人管理

心理

自我完善

老版本文化生活译丛

三联文化生活译丛

\*三联@北京\*

文化生活译丛

## 评论

没必要看。

-----  
发黄的页面藏尽岁月。更衣时慢慢看。天才就是这么来的。

-----  
[发挥你的潜能\\_下载链接1](#)

## 书评

这是我接触过的第一本来自前苏联的书籍，作者是控制论的专家，既然是前苏联的话，估计这本书时代也很久远。但书的内容非常非常实在，作者的思路很清晰，条理清楚，框架稳健，讲述的是如何做到自我完善，最大程度地发挥自己的潜能。开发自我潜能是一门艰苦的“爬山”过程...

-----  
[发挥你的潜能\\_下载链接1](#)