

心理学与记忆术



[心理学与记忆术_下载链接1](#)

著者:陈泊菡

出版者:中国法制出版社

出版时间:2015-1

装帧:平装

isbn:9787509358467

作者介绍:

目录:

[心理学与记忆术_下载链接1](#)

标签

心理学

记忆术

自我认知

当代

四星

评论

2015年5月22日读毕，以浅显的方式记录了主要记忆术，这些记忆术的核心是联想，联想最彻底的方法是记忆宫殿法，记忆宫殿法是将自己最熟的场景与不熟悉的知识点建立关联。另外，书中记载了人类训练记忆力的方法。比如“找你妹”游戏，这个游戏的关键就在于对相似图片比较，发现不同点，也就是通过比较来联想。民间的划酒令、戏剧，以及比较高雅的唐诗和宋词，可能也是为是方便记忆。

被标题骗了。简略，废话多，两个小时看完，一共抽取出三条心理学理论，除了速读的部分其他没什么新鲜的，而这部分很多只说了要训练啥啥啥没说具体怎么训练。我竟然还买了一本送人，尴尬！

是我个人第一本关于记忆术的书，命运吧，还可以！

实际上只要你明白了人类更擅长记忆图像或故事这些载体的原理，本书后面的内容就可以不用细看而可以自由发挥了。

第一章讲的东西基础知识，我很乐意去看。后面的章节开始慢慢的，总觉得有点没有耐心去看，可能和我的观念不同，不够实用。总体来说，选择的去读，还是收获可以的。

[心理学与记忆术_下载链接1](#)

书评

[心理学与记忆术_下载链接1](#)