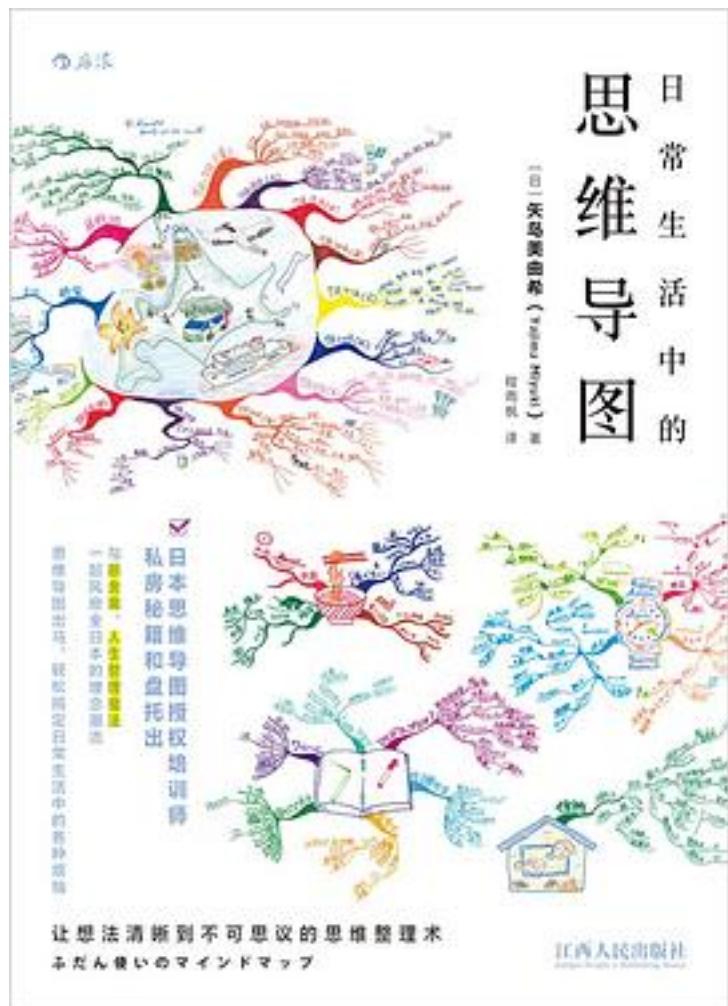


日常生活中的思维导图



[日常生活中的思维导图 下载链接1](#)

著者:[日] 矢岛美由希

出版者:后浪出版公司 · 江西人民出版社

出版时间:2016-4

装帧:平装

isbn:9787210082569

让想法清晰到不可思议的思维整理术

- ◎ 与人交流、撰写文案，思维导图是最强沟通工具
- ◎ 应对紧急情况，思维导图是让人安心的手册
- ◎ 学习充电，思维导图是加深理解、记忆力倍增的法宝
- ◎ 外出游玩，思维导图是完美的旅游攻略
- ◎ 制定行动计划，思维导图是比手账更值得信赖的得力助手

.....
※编辑推荐※

- ☆ 日本思维导图授权培训师私房秘籍和盘托出，一本让你瞬间变聪明的神奇小书
- ☆ 全球顶尖学府必修的思维整理课，谷歌等世界500强企业员工都在用的思考整理术
- ☆ 与断舍离、人生整理魔法一起风靡全日本的理念潮流，轻松搞定日常生活中的各种小烦恼

.....
※内容简介※

思维导图是21世纪革命性的思维工具，是众多世界名校鼓励学生学习的必备课程，诸多500强企业正在推进员工学习思维导图。

被商界和学界视若珍宝的思维导图，在日常生活中能否发挥作用呢？答案是：当然没问题。生活中的各类烦恼，上至应对地震、海啸等紧急情况，下至制定购物清单，无论是外出游玩，还是辅导孩子功课，思维导图总能起到神奇的作用。

思维导图是最适合你的思考工具，因为它就是你的思维，那些线条就是你的心意啊！生活中遇到什么麻烦，画一张图，顺着自己的心意去解决，结果一定会出乎意料的神奇。

作者介绍：

矢岛美由希 (Yajima Miyuki) , Re Prism株式会社法人代表，英国ThinkBuzan公司授权培训师。目前在日本各地巡回举办思维导图讲座，通过教练式培训和育儿咨询使无数普通民众受益。

程雨枫，毕业于中国人民大学日语专业，后于九州大学取得社会学硕士学位。译有《宠物犬问题行为处方手册》、《今森光彦的昆虫世界》等图书。

目录: 前言

- 1 何谓思维导图？
- 2 大家的思维导图 应用实例① 日常生活篇
- 3 大家的思维导图 应用实例② 学习篇
- 4 大家的思维导图 应用实例③ 职场篇
- 5 思维导图的七条规则
- 6 画一画思维导图
- 后记

出版后记

· · · · · (收起)

[日常生活中的思维导图](#) [下载链接1](#)

标签

思维导图

个人管理

思维整理

方法论

思维

学习方法

日本

工具书

评论

又是一本日系道理书…日系道理书的特点在于没什么特别厉害的知识点，它只是列举很多例子然后一直对你说：不如你试一试啊！

思维导图，听起来挺神奇，这些年手机上电脑上都有不少相关的应用和软件，说起来神乎其神。如果熟悉古典目录学的同志，去看这些所谓的思维导图，会感觉到似曾相识的感觉。没错，如果大家还不熟悉，不妨打开一本书的目录，目录本身就是最为直接的思维导图，而如果大家将四库全书总目提要的目录打开，看到经史子集下的一级目录和二级目录，大家也会对所谓导图一目了然。也就是说，这东西根本不是新东西，这本身就

是中国传统的纲目体，将事物区分出一级目录和二级目录，这就让人们能够清晰地区分事物本身的轻重缓急。所以，过去才有学者将目录学视作入学之门径。能够把书读得纲张目举，做事情懂得轻重缓急，这不就是读书读出效果了。像那种背了半天书，还不知道书的重点、纲目所在，这种包本背书一辈子也读不出效果来。不懂读书门径，怎么学也学不好。

我画了一张能不能睡到男神的思维导图我会乱说？

思维导图很好用，特别是在做方案的时候。但是——生活里去超市都做一个思维导图，这是不是妖魔化了思维导图呢？

搞不懂怎么8.4…比较适合初级入门导图的人了解并喜欢上导图愿意尝试，但是知其然知其所以然还是看博赞以后来看这本书会更好。

开头当你还不知道怎么用时，告诉你别人怎么画的，然后一直告诉你快去画啊，结尾才提了几句怎么操作，结果具体操作确没有图例了……

春风化雨般的一本记忆整理术，让你的思维不再混沌！建议有整理强迫症的人来读读，可以整理下大脑里的内容。

思维导图是一个绝佳的工具，帮助记忆、思考和沟通。但工具再好，你不用也白搭。这本书从日常生活入手，轻松易懂无门槛，人人可以开始，只要你不懒于行动，翻开书拿起笔，就成功了一半。

会读第二遍

一直以为思维导图是为工作而服务的，没想到日常生活中，各种大大小小的事都可以利用思维导图来理清思绪。看完感觉自己太不灵活啦。

提供了简单的应用实例，书的最后谈了基本操作。总之，收获不大。

三星加。从房间的整理到个人收集信息的整理，现在到思维的整理了。以前没有执行的点是：主干分支画粗线，次级分支画细线；一条线上就画一个词；多用几种颜色。老实说书里大部分思维导图真心看不懂，不过这种东西本来就是给自己看的，可以算是普通人思考的原生态呈现吧。

封面是本书最精华的部分，内容很粗浅，适合从来没有接触过脑图的人上手用。前几页对东尼博赞的介绍震惊了我的想象力，他聪明，有执行力。

have a try

还不错，自从看了晨间的奇迹日记以后一直很迷茫自己的每日时间账该怎么改变，现在有了新想法，可以每天画一张思维导图，方便快捷还直观。16.4.29

打开了一些思路吧，之前用思维导图都有些模式化，其实可以用在更多的地方打开更多的想法。

看了以后觉得思维导图这玩意儿只是吹得比较好，其实也就那样

谁用谁知道

很早之前就读过东尼博赞的《思维导图》，多年之后温故而知新矣。

之前以为只有做读书笔记的时候需要用思维导图，看完后才发现原来生活中的一切都可

以使用思维导图。

[日常生活中的思维导图](#) [下载链接1](#)

书评

我在四五年前的一次学院会议上首次听到“思维导图”这个词，我们当时的院长是个特别爱看书爱学习的人，他乐于接受新事物，了解很多新思想，并积极投入到实践中。不过他独善其身，并没有广泛推广这件事，这么多年来，我虽然知道这是好东西，却只是一知半解，从未想过使用它。...

本文是关于《日常生活中的思维导图》书评，感谢读者 Sandox 投稿。

抽一个晚上的时间，耗时5个番茄时间，读完了这本不到200页的书。

这不是一本关于思维导图的入门书籍，因为如何画思维导图并不是本书的重点，只是在最后花了一个小章节讲了一些关于思维导图的绘制方法，而更...

我们在工作中经常要向领导汇报工作，在生活中有时会对某些问题提出自己的看法，你有没有这种感觉：其他人说的头头是道，但是当自己去说的时候，瞬间大脑断电，不知所云。

原本想好好的在领导或朋友面前表现一下，但是由于紧张或者其他的原因，结果是别人根本不知道你在说什么...

你知道什么是思维导图么？“我听说过，但没有用过。”

“我见过，但不知道它叫这个名字。”

“哎呀……这是什么玩意呢？跟画画有什么区别呢”

带着这些疑问，我们一起听听矢岛美由希的说法。一、思维导图是如何诞生的

东尼·博赞博于20世纪70年代创建思维导图。英国广播...

作为一个讲师，我日常的工作中，会时常去做一些讲座、到企业讲课，或者自己做一些有趣的沙龙，由此就会产生不少的课程设计工作。这是一项消耗脑力的事儿，因为课程不同于聊天讲话，它需要有系统性、结构性，起承转合都有讲究，听众也想要听到干货，马马虎虎临场发挥可不是一...

什么也不说，先看图：

看到这张图也许有人会随口说出它的名字，而有的人看到之后觉得好漂亮，图文结合很简单就能表达出想要表达的内容，但具体是什么不太了解。这张图是简书作者王立登写的一篇文章《五招教你学会制定目标！》他的读者根据这篇文章画的一个思维导图。不管...

在我淘宝的购物车里一直躺着一样东西，让我迟迟不肯下单，那就是手帐本。每天都在微博上看很多九宫格的手帐图，心动又害怕。虽然学过画画，但是由于本身是个没什么创造力的人，水平仅限于临摹，怕做不出理想效果的手帐，反而本末倒置坏了手帐意味着高效率生活的好名声。因而...

以前，我刚上大学时，是个积极分子，热衷于参加学校的各种社团和比赛。比如曾同时参加了四、五个性质不同的社团，在大二之前参加过不少演讲和辩论比赛。都说：“初生牛犊不怕虎。”在不同的组织中，新人们往往表现出空前的热情与活力，虽然有点像愣头青，但这无疑是一件好事...

不知道你们有没有这样一个感觉：人踏入社会之后，往往会变得很浮躁。就拿我自己来说吧，以前上学的时候，看书做笔记什么的都可以做得很容易。可是自从参加工作之后，每天都各种杂七杂八的事情纠缠，所以现在想要认真的读一读书，就变得非常的不容易。因为每次在读书的时候，思...

最早接触思维导图的概念是三年前，当时公司引入了一种新的项目管理制度-scrum，要求产品不用再写详细的需求文档，只是简单说下大体的功能，由测试把需求用思维导图的形式画成用例。

对于这种要求，一开始，我是很排斥的，我觉得那会浪费测试很多时间，而且pm不细化需求要pm...

文/兰言寄墨

坦白讲，我是个不会画思维导图的人。我只会画框架图，还是在考研复习的时候练出来的，框架图画的多了自然就顺手，只要一想到画图，手就自然地要画大括号以此来表示逻辑关系。第一次想画思维导图的时候是想给自己做个阅读地图，但是画的时候发现很困难，尤其是...

很早之前就读过东尼博赞的《思维导图》，并一度捧为至宝。电脑上MinderManager（画思维导图的软件）也是工作中、生活中的常用软件。自己也曾经就旅行计划、主题学习等画过思维导图。而今再回来读这本《日常生活中的思维导图》更有一些不同的感触，也希望能够以更加一个客观理...

[日常生活中的思维导图](#) [下载链接1](#)