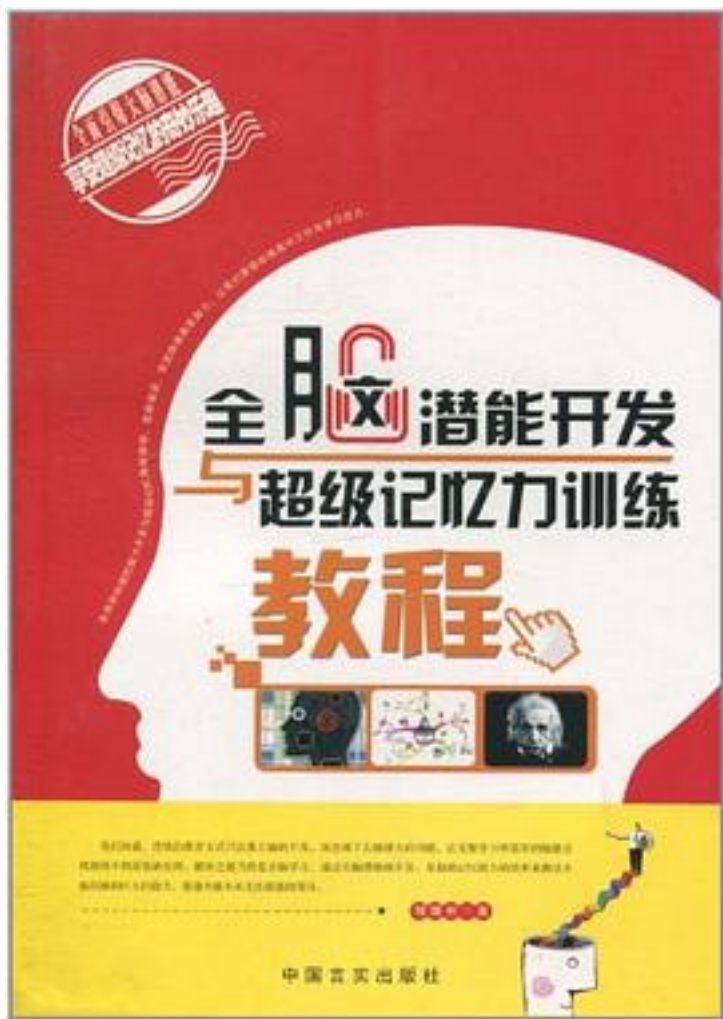


全脑潜能开发与超级记忆力训练教程



[全脑潜能开发与超级记忆力训练教程_下载链接1](#)

著者:邹雄彬

出版者:中国言实出版社

出版时间:2010-1

装帧:平装

isbn:9787802502994

《全脑潜能开发与超级记忆力训练教程》内容简介：我们知道，传统的教育力式只注重

左脑的开发，而忽视了右脑强大的功能，让完整学习所需要的脑整合机制得不到有效的发挥。解决之道当然是全脑学习，通过大脑潜能的开发，及超级记忆能力的培养来激活大脑沉睡的巨大的能力，接通大脑本来无法接通的部分。《全脑潜能开发与超级记忆力训练教程》汇集许多简单、高效的大脑训练方法，注重训练的实用性和有效性的结合。

作者介绍:

目录: 上篇 大脑潜能开发的原理与操作

第一章 为什么要进行大脑潜能开发

第一节 大脑具有无限潜能

第二节 大脑潜能开发可以提高人的智能

第三节 大脑潜能开发可以提升人的情商

第四节 右脑的运作机能影响人体健康

第二章 认识大脑

第一节 神经系统与脑组织的构造

第二节 脑的功能

第三节 左脑与右脑的差异

第四节 左右脑协同工作

第五节 大脑具有可塑性

第六节 脑电波原理

第七节 右脑的特殊性与卓越性

第八节 大脑潜能开发的关键在右脑

第三章 脑力开发训练系统

第一节 激活大脑的简单运动

第二节 丹田呼吸训练

第三节 冥想训练

第四节 注意力训练

第五节 想象力训练

下篇 超级记忆力训练系统

第一章 绪论

第一节 什么是记忆

第二节 记忆的重要性

第三节 记忆的种类

第四节 记忆的基本过程

第五节 记忆与遗忘规律

第二章 联想记忆法训练

第一节 联想的原则

第二节 配对联想法记忆训练

第三节 串联奇想法记忆训练

第四节 借助词句联想法记忆训练

第三章 数字编码记忆法训练

第一节 建立自己的数字编码表

第二节 数字编码排序训练

第三节 数字记忆训练

第四节 数字编码挂钩记忆法训练

第四章 定位记忆法训练

第一节 身体标签定位法记忆训练

第二节 地点标签定位法记忆训练

第三节 物体标签定位法记忆训练

第四节 定位记忆法的优越性

第五章 思维导图训练

第一节 什么是思维导图

第二节 如何制作思维导图
第三节 思维导图的应用
第四节 思维导图绘制举例
第六章 超级记忆法在运用中的重要技巧
第一节 区别联想
第二节 组块
第七章 超级记忆法的应用
第一节 让痛苦的考试不再痛苦
第二节 让你的社交活动变得更加简单
第三节 超级记忆力表演
结语 光知道方法只是1%，99%靠练习
· · · · · (收起)

[全脑潜能开发与超级记忆力训练教程_下载链接1](#)

标签

记忆力

潜能开发

脑力开发

全脑开发

情商/思维/逻辑/记忆

个人管理

评论

只看了下篇，对记忆法有较好的归纳总结，大部分能应用到实际生活当中。

书还不错，还有训练记忆的方法，但对于我来说估计用处不大，实施在小孩身上吧.....

很好

[全脑潜能开发与超级记忆力训练教程_下载链接1](#)

书评

[全脑潜能开发与超级记忆力训练教程_下载链接1](#)