

<<记忆圣经>>

图书基本信息

书名：<<记忆圣经>>

13位ISBN编号：9787567504165

10位ISBN编号：7567504162

出版时间：2013-6

出版时间：华东师范大学出版社

作者：[美]吉妮·格拉汉姆·斯科特

译者：程云琦

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>

## <<记忆圣经>>

### 内容概要

## <<记忆圣经>>

### 作者简介

吉妮·格拉汉姆·斯科特博士，美国著名思维领域及商务管理专家，“改变和创造传媒与研究机构”创始人，已出版40余本著作，包括《管理刺头员工的生存指南》、《和坏老板打交道的生存指南》、《与人打交道的生存指南》等。

## <<记忆圣经>>

### 书籍目录

导言

第1章 记忆是怎么回事

第2章 长期记忆是怎样工作的

第3章 你的记忆好不好？

第4章 创建记忆日志

第5章 集中注意力

第6章 健康和记忆

第7章 减轻压力和焦虑

第8章 振奋精神

第9章 都与我有关

第10章 记得少反而记得多

第11章 图式和脚本分析

第12章 组块和分类

第13章 复述和复习

第14章 重复

第15章 说出来

第16章 讲故事

第17章 记住故事

第18章 简单的也是好的

第19章 巧记字母

第20章 联想和关联

第21章 找一个替身

第22章 场所记忆法

第23章 做一个记录仪

第24章 记录和重放

第25章 身体语言

第26章 跟着感觉走

第27章 牢记人名和面孔

第28章 记住重要的数字

第29章 做好陈述和报告

<<记忆圣经>>

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>