

# 《我的第一本思维导图入门书》

## 图书基本信息

书名：《我的第一本思维导图入门书》

13位ISBN编号：9787807698314

出版时间：2014-10-1

作者：胡雅茹

页数：164

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《我的第一本思维导图入门书》

## 内容概要

### 编辑推荐

1.本书是针对零基础的学员设计的，既有基础理论，也有绘制思维导图的基本手法，具有很强的操作性。

2.本书作者教授思维导图十年有余，经验丰富，对学员在学习思维导图中遇到的问题十分了解，本书就是根据学员在学习遇到的实际问题而编写的，能够有效地指导学员学习思维导图。

### 内容推荐

本书从整理、分类、绘制循序渐进的引导你进入全脑思考时代强力技术的思维导图，让所有没接触过心智图的人一看就上手。他可以运用于创意、活动企划、分析、归纳、作文大纲、个人履历、会议简报中。

本书将思维导图归纳为四类并各引用很多实例来说明解释，包括用创造型思维导图在脑力激荡、新产品开发、活动企划，及未来目标的订定；用整理型思维导图做分析、归纳；用提示型思维导图拟订作文的大纲及演讲的提词；用沟通型思维导图做自我介绍及会议简报。本书内容浅显易懂且容易下手练习，在本书的指导下，读者就可以轻松地画出思维导图。

# 《我的第一本思维导图入门书》

## 作者简介

胡雅茹，畅销书作家，中国台湾补习班全脑学习神童计划讲师，柏麦思企业管理顾问，超强记忆、心智图、快速阅览资深讲师。社区发展协会学习方法讲师，非常美语夏令营右脑开发讲师。

# 《我的第一本思维导图入门书》

## 书籍目录

### 推荐序

- 每一种艺术，原则都很简单，讲究的是各种技巧  
台北市立教育大学历史与地理学系教授 徐荣崇
  - 读了这本书后，您会发现思维导图很容得上手而且好用  
前联华电子副总经理、中华系统性创新学会理事 吴英志
  - 快乐学习、快速运用、聪明生活  
辅仁大学织品服装系副教授与服饰营销组执行长 李俊格
  - 成功的人，多半喜欢思考，思维导图有效协助您思考，进而成功  
咨芮劳务管理有限公司劳动法令专家 陈瑞珠
  - 深入浅出的思维导图，实在好用  
民视新闻部国际中心英文编译 谭淑君
- ### 第一部分 思维导图的思考功能
- 符合超强记忆的基本原理
  - 符合沟通原理
  - 加速大脑的思考

# 《我的第一本思维导图入门书》

## 精彩短评

- 1、条条框框限制的有一些多 总体来说还行 至少讲清楚了
- 2、一般，有点失望，没有什么惊艳的地方
- 3、本书特色：图文并茂，一问一答，适合初学者。刚刚接触思维导图的小伙伴不妨试试，不会复杂无味，恰恰相反的，生动形象地阐述了为什么要掌握这门技能，好处有哪些，如何画思维导图。书中也涉及到个别案例，供读者参考与练习。同时，可能内容太过浅显，反而会产生作者对此研究深度不够的想法。
- 4、有很多绘制的小技巧。
- 5、内容简单易懂，适合年纪比较小的小朋友。对于成人来说可能浅了一些。
- 6、一项技能是有标准及要求的，需要练习，作者讲解的mind map技巧很适用，对我很有帮助！
- 7、记笔记的时候能用上
- 8、第一次接触思维导图，作为入门书简单易实行，书很薄，有兴趣看其他相关
- 9、对于思维导图有了一个更深入的认识，手绘思维导图走起！
- 10、刚拿到这本书的时候，两位朋友“无知地取笑”我怎么买了一本儿童书。事实上，这确实可以作为一本儿童书，然而同样适用于每一个思维导图入门的成人。书中以实训为主，通过众多实例教我们从0到1手绘思维导图。  
不知道什么是思维导图？烦请自行百度，学一学这种思考工具和笔记技巧，将对你大有裨益。
- 11、看之前，还是需要把布赞的书先读读，然后作为技巧的补充，和看一些别人的实例的参考，还是挺有意思的
- 12、第二章节不错 但讲授的内容太少 基本都是分类的实践内容 需要搭配别的书籍来看
- 13、一般
- 14、先散养式想，再分类。
- 15、原来思维导图就是这样儿，挺好读，就是内容太少了
- 16、入门教材，仅仅入门，不过写的很清楚，能基本掌握这个工具。
- 17、通过这个学会思维导图的绘制技巧。因我已对思维导图有初步了解，所以第二部分画思维导图的要点是重点。选择1.彩色中性笔2.A4纸，3.第一大标题在中间，其它标题依次展开，要求分类清晰简洁，层次清楚，关键字6个以下。注意构图等等。该书为既能类教学，重要还是多实践总结，学以致用。本书的作用只是帮你节约摸索时间而已。初学者建议简读。
- 18、训练自己能快速抓住20%的重点就足以说明80%的内容。PS：做一份个人简历的思维导图
- 19、(15-24)介绍思维导图的书渐渐多起来了，这本用问答形式，把入门级的知识点介绍的比较全面，还是蛮不错的
- 20、实际、好用、易上手
- 21、从现在开始实践！
- 22、我喜欢彩色书。其中的内容要练习，记得线要不长于字。买了彩色笔。
- 23、通俗易懂
- 24、第一次开始看思维导图，不想读博赞那种大部头，这本非常有趣，全书彩页，通俗易懂
- 25、分类层级看起来怪怪的，信息量也很有限，但是还是有一定启发
- 26、干货太少，全球我就看出来让我用粗线细线。
- 27、还可以，希望在日常生活工作中不断尝试，期待养成这个好习惯~
- 28、画个图好费劲哦
- 29、希望是我学习的一个里程碑式书目
- 30、能比较快速的初步认识思维导图的应用以及制作，但是如果进阶，还是得看其他的书籍，甚至是课程
- 31、翻看了一个小时左右，重点是画图，有逻辑有内容的图 SQ3R SWOT PEST
- 32、个人觉得还是老生常谈，在可操作性上一直存在很大的问题，就像我们习惯很难改过来
- 33、用画画的方式来展示思维的过程，图文并茂。第一次接触思维导图是在学校的一次讲座上，当时觉得这个软件很有意思，原来这也是一种思维的方法啊。
- 34、对思维导图的常用类型有比较好的介绍，算是入门书中比较好的

## 《我的第一本思维导图入门书》

35、虽说是接地气的版本 但内容充实性和原版相差甚远 个人认为思维导图以顺应自身记忆习惯为佳 并没有条框要求 强制把不同导图分为好与不好有些牵强 另原版中导图中心为图形 本书一字未提 实属遗憾

36、工具书

37、通俗易懂，思维导图入门书。

38、入门，实用

39、还不错

40、画画好真的很重要啊(一\_一)!!

41、的确是入门书，作为介绍，需要不停练习才能习得。

42、很受启发

# 《我的第一本思维导图入门书》

## 精彩书评

1、通俗易懂的MIND MAP小书。从思维导图的作用（思考功能）到手把手教你怎样选择纸笔、绘制工具，用QA方式解决了各种常见的疑问，又列出了mind map在实际中的运用，最后推荐了一些计算机绘制工具和纸笔。非常适合作为新手尝试 mind map的入门书，无论是学生、白领还是家庭主妇，只要有东西需要思考和记录，都可以尝试这种方式。从理论上讲，这种记录方式比传统笔记要好，尤其是学生需要阅读学术著作整理知识点的时候，其实我在过去就有了类似整理笔记的意识，对于专业书籍或这考试前夕对知识点的复习，总是用一张白纸或者书的空白处列下keywords，画出分支来帮助记忆和梳理知识点的主脉络、相互联系。因为学习的过程就是把厚书读薄的过程。同样，临考前只需要的拿着那张纸就能凯苏回忆起各章节的关系。当时只是个人的学习习惯，因此也没有在用法上过于探究。通过这本书对MIND MAP有了初步的了解，接下来会在日常生活中去尝试。

2、1让所有者对所有的内容一目了然（鸟瞰全图）2使用关键词，容易刺激大脑自由联想。3不用费时费力做笔记。学习分三种1视觉型2动觉型3听觉型4我认为每个人都是一本书，只要用心观察周遭所发生的事情，自然能领悟大自然教我们的道理而成就智慧。水平思考的关键在于联想力。越重要的关键词离中心主题越近，20%决定架构，角度，主要精神40%辅助说明重点40%次要重点说明主要重点关键词容易让大脑发挥自由联想的能力，除了不让大脑的思考受到句子的局限外，因为大脑有能力看到一个关键词就联想起大量的内容，同时思维导图是要记载去芜存菁的记过，版面上尽量也简洁越好。训练自己能快速抓出20%的重点就足以说明80%的内容

## 章节试读

### 1、《我的第一本思维导图入门书》的笔记-如何制作思维导图（详细过程）

#### 制作工具

1. 一些A3或A4大的白纸。
2. 一套12支或更多的好写的软芯笔。
3. 4支以上不同颜色，色彩明亮的涂色笔。
4. 1支标准钢笔。

#### 运用思维导图的四个危险区

1. 画出一些不是思维导图的思维导图。
2. 认为词组比单个词更有意义。
3. 认为“乱七八糟”的思维导图不好。
4. 对思维导图有消极情感反应。

#### 思维导图的技法

##### 一、主题

1. 最大的主题（文章的名称或书名）要以图形的形式体现出来。

我们以前作的笔记，都会把最大的主题写在笔记本纸面上最顶格的中间。而思维导图则把主题体现在整张纸的中心，并且以图形的形式体现出来。我们称之为中央图。

2. 中央图要以三种以上的颜色。

3. 一个主题一个大分支

思维导图把主题以大分支的形式体现出来，有多少个主要的主题，就会有多少条大的分支。

4. 每条分支要用不同的颜色

每条分支用不同颜色可以让你对不同主题的相关信息一目了然。

##### 二、内容要求

5. 运用代码

小插图不但可以更强化每一个关键词的记忆，同时也突出关键词要表达的意思，而且还可以节省大量的记录空间。当然除了这些小的插图，我们还有很多代码可以用。比如厘米可以用CM来代表。所以可以用代码的尽量用代码。

6. 箭头的连接

当我们在分析一些信息的时候，各主题之间会有信息相关联的地方，这时，可以把有关联的部分用箭头把他们连起来，这样就可以很直观地了解到信息之间的联系了。如果你在分析信息的时候，有很多信息是相关有联系的，但是如果都用箭头相联接起来会显得比较杂乱了。解决这个问题方法就是，你可以运用代码，用同样的代码在他们的旁边注明，当你看到同样的代码的时候，你就可以知道这些知识之间是有联系的。

7. 只写关键词，并且要写在线条的上方

思维导图的记录用的全都是关键词，这些关键词代表着信息的重点内容。不少人刚开始使用思维导图时，会把关键词写在线条的下面，这样是不对的，记住一定要写在线条的上面。

##### 三、线条要求

8. 线长=词语的长度

思维导图有很多线段，它每一条线条的长度都是与词语的长度是一样的。刚开始使用思维导图的人会把每根线条画得很长，词语写得很小，这样不但不便于记忆，同时还会浪费大量的空间。

9. 中央线要粗

思维导图的体现的层次感很分明，最靠近中间的线会越粗，越往外延伸的线会越细，字体也是越靠近中心图的最大，越往后面的就越小。

10. 线与线之间相联

思维导图的线段之间是互相连接起来的，线条上的关键词之间也是互相隶属、互相说明的关系，而且线的走向一定要比较平行，换言之线条上的关键词一定要让你自己能直观地看到，而不是要把纸的角度转了120度角才能看清楚自己在写什么。



## 11. 环抱线

有些思维导图的分支外面围着一层外围线，他们叫环抱线，这些线有两种作用：

第一、当分支多的时候，用环抱线把它们围起来，能让你更直观地看到不同主题的内容。

第二、可以让整幅思维导图看起来更美观。

要注意的是，你要先在思维导图完成后，再画外围线。

## 四、总体要求

### 12. 纸要横着放

大多数人在写笔记的时候，笔记本是竖着放的。但做思维导图时，纸是横着放的。这样空间感比较大。

### 13. 用数字标明顺序

可以有两种标明顺序的方式，主要是以你需要和习惯而定。

第一种标明顺序的方式：可以从第一条主题的分支开始，用数字从1开始，把所有分支的内容按顺序地标明出来，这样就可以通过数字知道内容的顺序了。

第二种标明顺序的方式：是每一条分支按顺序编排一次，比如第一条分支从1标明好顺序后。第二条分支再重新从1开始编排，也就是说，每条分支都重新编一次顺序。

### 14. 布局

做思维导图时，它的分支是可以灵活摆放的，除了能理清思路外，还要考虑到合理地利用空间，你可以在画图时思考，哪条分支的内容会多一些，哪条分支的内容少一些，你可以把最多内容的分支与内容较少的分支安排在纸的同一侧，这样就可以更合理地安排内容的摆放了。整幅画看起来也会很平衡，你画思维导图前，要记得思考如何布局会更好。

### 15. 个人的风格

学会思维导图之后，我还鼓励你能够成立自己的风格，每一幅思维导图虽然都有一套规则，但都能形成个人的风格。

思维导图的这15条技法中，关键词是最重要的一部分，因为思维导图只记录关键词，如果关键词选择不正确，思维导图所要表达的信息就不准确了，要想学会全面总体的分析信息，你需要学会观察出信息当中哪部分是它们的关键部分，并搜索到它们的关键点，也就是关键词。

## 2、《我的第一本思维导图入门书》的笔记-画思维导图的步骤简述

### 1.一开始主题绘于中央。

2.分支和关键词组成了不同颜色伸展的枝条，其主分支数一般在3—7支，且近粗远细，由近及远，不断伸展。

3.可以先架构好几个主分支，并注意空间的分布，之后随想随画，不断补充大小分支，添上关键词。

4.不断丰富各条分支 不经意中将概念分类归整，不同分支上有联系的还可以用关联线，并写上关联词。

5.除文字外，思维导图还鼓励画上一些与该分支主题相关的简单小图案或符号，以增加趣味性，易于联想也易于激活右脑的图形记忆。

6.思维导图的好处是可以随时随处补充，这种『非线性的思维』相较于传统的线性笔记法，更能掌握并激发全脑整合的特性，而非左脑线性思维。

7.完成图：左右脑的功能

## 3、《我的第一本思维导图入门书》的笔记-个人简历思维导图

## 4、《我的第一本思维导图入门书》的笔记-思维导图

## 《我的第一本思维导图入门书》

### 5、《我的第一本思维导图入门书》的笔记-第138页

这本书对于养成有条理、逻辑的思考方式在遇到事情无从着手的情况下还是很管用的。能帮忙进行水平和垂直等两方面的思考。

# 《我的第一本思维导图入门书》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)