

<<是什么阻碍了你的思考>>

图书基本信息

书名：<<是什么阻碍了你的思考>>

13位ISBN编号：9787511331847

10位ISBN编号：751133184X

出版时间：2013-3

出版时间：中国华侨出版社

作者：肖祥银

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>

<<是什么阻碍了你的思考>>

前言

思维是控制成功的核心密码！

专家研究表明，左右一个人成功的关键因素不是智商，而是思维模式。

我们传统的思维模式，像遗传基因一样，影响着一代又一代中国人的思维习惯。

由于缺少科学的思维指导，人们的思维方式、行为方式和生活方式出现了这样或那样的问题，导致工作效率降低，遇事没有一个很好的对策等。

在这种情形之下，《是什么阻碍了你的思考》可能是我们需要读一读的一本书。

它由以下三个部分组成：在第一部分“查找思维程序故障，弄清思考受阻原因”中，作者对思考受阻的原因进行了分析，认为传统思维模式是根本原因，以至于出现认知偏误、思考陷阱、局限性思维、惯性思维、情绪化思维、依赖前例式思维、循规蹈矩式思维、恐惧变化式思维、缺乏未来式思维等易将人的思维引向死路的“故障”；强调了拥有正确的思维，正确地思考，灵活改变自己的思维，才能使自己的路越走越宽，才能演绎出更加精彩的人生画卷。

在第二部分“了解大脑，植入思维新程序”中，作者认为，思维是人类最宝贵的资源，它就像蕴藏在大脑中的石油，只要我们改变原有的错误的思维模式，给大脑植入新的思维程序，比如开发右脑思维资源、改善心智模式、改善潜意识层思维模式、加强专业性较强的思维训练、养成良好的思维习惯等，驱动深层思维，开动大脑，拓展思维，就能使思维资源得到充分地开发，使我们的大脑更加灵活，使我们的思想更加深刻，从而帮助我们创造出越来越多的美好篇章。

在第三部分“解读思维策略，进行正确思考”中，作者提出了科学的、切实可行的思维模式，诸如创新性思维，逆向思维，形象化思维，辩证思维，批判性思维，收敛思维，发散思维等，帮助我们从根本上解决思维问题，让思维更具准确度、清晰度、深度、广度和速度，从而提高解决事情的能力和创造力！

本书在体例安排上独具特色，每一节后增设的不同栏目更加丰富了本书的内容：“小秘密”一栏提纲挈领、言简意赅地点读该文主旨，帮助你抓住重点，便于领会；“读名言”一栏选择名家名言统摄该文，帮助你加深理解；“广角镜”一栏通过相关知识链接，拓展视野，有助于丰富知识、构建体系。另外，每章后面设置的“思维测试”栏目，旨在通过测试更全面地了解自己，有针对性地采取转换思路的策略。

当然，思维测试只是专家意见，并不能代替个人选择。

思维科学，乃万学之学。

作者坚信，所有深受传统思维模式影响的人，通过阅读本书，都一定会灵活改变自己的思维，运用正确的思考方法，去应对各种挑战和应付各种困难，从容地化解生活中的难题，从而使道路越走越宽、成就越来越显著，顺利地到达智慧的最高境界！

<<是什么阻碍了你的思考>>

内容概要

《是什么阻碍了你的思考》内容简介：思维是控制成功的核心密码！
专家研究表明，左右一个人成功的关键因素不是智商，而是思维模式。
我们传统的思维模式，像遗传基因一样，影响着一代又一代中国人的思维习惯。
由于缺少科学的思维指导，人们的思维方式、行为方式和生活方式出现了这样或那样的问题，导致工作效率降低，遇事没有一个很好的对策等。
在这种情形之下，《是什么阻碍了你的思考》可能是我们需要读一读的一本书。
通过阅读本书，一定会灵活改变自己的思维，运用正确的思考方法，去应对各种挑战和应付各种困难，从容地化解生活中的难题，从而使道路越走越宽、成就越来越显著，顺利地到达智慧的最高境界！

海报：

<<是什么阻碍了你的思考>>

书籍目录

第一部分 查找思维程序故障，弄清思考受阻原因——错误的思维模式，导致想事情时陷入“鬼打墙”

第一章 看不清的真相——认知偏误 003 第二章 “聪明人”做的“傻事”——思考陷阱 011 第三章 有多少个盲人，就摸出来多少个大象——局限性思维 019 第四章 刹不住的车闸——惯性思维 025 第五章 孩子气的执着——情绪化思维 035 第六章 毛毛虫排长队——依赖前例式思维 043 第七章 被驯化了的动物，只会按指令去做——循规蹈矩式思维 049 第八章 “是谁动了我的奶酪？”——恐惧变化式思维 055 第九章 困在生活的“格子间”里——缺乏未来式思维 061 思维模式测试 067

第二部分 了解大脑，植入思维新程序——驱动深层思维，让大脑变得灵活起来

第一章 打开你的私人库房——开发思维潜能 073 第二章 双手较劲，比一只手更有力——开发右脑思维资源 081 第三章 画好你的“心灵地图”——改善心智模式 089 第四章 落水后，你的第一反应是什么——改善潜意识层思维模式 097 第五章 “大块头”的大智慧——思维训练法 103 第六章 给思维染上“颜色”——六顶思考帽 110 第七章 让你的全身动起来——调动感官的想象力 119 第八章 打破禁锢我们的“盒子”——改变旧的思维习惯 125 第九章 “魔术方块”怎么玩——多元化思维 130 思维潜能测试 138

第三部分 解读思维策略，进行正确思考——新思维方法的运用，让你的一切发生惊天逆转

第一章 “苹果落地”砸出的创新意念——创新思维 143 第二章 “倒行逆施”的运动——逆向思维 148 第三章 我们的“视界”无限大——形象思维 153 第四章 破解事物的“密码”——逻辑思维 160 第五章 “人不能两次踏进同一条河流”——辩证思维 167 第六章 “真的还是假的？”——批判性思维 174 第七章 从四周向“轴心”靠拢——收敛思维 183 第八章 从“轴心”向四周发散——发散思维 188 第九章 很多时候，体系比技术更为重要——系统思维 193 第十章 山道弯弯，轻车熟路才好走——学会正确思考 199 非常思维测试 205

<<是什么阻碍了你的思考>>

章节摘录

版权页：“聪明人”做的“傻事”——思考陷阱 我们总是思考着，思考伴随着我们成长的全过程，但殊不知就是这种伴随我们成长的思考却把我们带到了一个陷阱里。

在这里，我们就像一只井底之蛙一样看到的总是自己头顶的那一片天。

我们被我们自己的思考骗了，或者说我们被我们思考中的思维定式骗了。

所以，只有熟悉思考陷阱的所有特征，我们才能发现并避开它们；只有了解这些陷阱，“聪明人”才能不再做“傻事”。

心灵的痛苦是我们内心的想法导致的。

当内在思维误入歧途，或是深陷囹圄，就会把我们的情绪带入难以面对的恐惧、焦虑、紧张和抑郁之中。

现在，我们来看看有哪些思考陷阱影响了我们的正确思维吧！

思考陷阱之一：绝对化的强迫思维 绝对化本质上是一种逻辑错误，它的逻辑推导具有以偏概全、非白即黑的特点。

比如一位患抑郁症的人发现自己做事时比其他人慢，就立刻做出了自己比别人都笨的判断。

无论做什么事，他都求证是不是绝对正确的，如果不能说服自己这样做事没有错，自己就不敢有所行动。

他的脑子里整天充满了关于对错的焦虑，因为一旦不是正确的，就一定是错误的，自己总不能去做一件明知是错误的事吧。

为了避免错误，就得穷思竭虑地保证它是完全正确的。

这一过程使他非常痛苦。

因为这个世界没有绝对的真理，任何正确的东西在条件变化后都存在错误的可能性，当无数的“万一”出现在脑海里，错误似乎无处可逃，于是只好继续纠结，永远无法抉择。

强迫思维就像是两个人在脑子里对话，一个人要这样做，另一个人就会跳出来质疑他的正确性，接着被质疑的这个人就会犹豫不决，他会参考这一质疑，试图更加无可挑剔，来迎合质疑者，但无论他怎么做，质疑者总会找到破绽，最后让他只好束手无策了。

当然，绝对化强迫思维方式不光会给我们带来痛苦，有时也会给我们带来强烈的快感。

比如，我们会因为一时的成功就妄自尊大、得意洋洋，或者因为自己某一方面优势就忽视了自己的不足，容易变得偏执和一意孤行。

这种不切实际的自我夸大、盲目乐观，显然是会给我们带来信心和快乐，但它毕竟是一种幼稚的、非理性的思维方式，所以必然会导致狭隘和情绪化。

如果没有理性的参与，它给我们带来无比快乐的同时，也可能令我们乐极生悲，把我们抛入痛苦的深渊。

思考陷阱之二：以自我为中心的理想化思维 理想化缺乏独立的自我精神世界，对现实环境要求苛刻，要求自己、他人和环境都应该按照自己期望的美好方向发展。

比如Y女士从小生活在一个传统家庭，父亲非常能干、有责任心，在Y女士心目中简直就是一个完美的男人。

她天真地认为自己的丈夫也应该像父亲一样，具有担当、责任和忠诚的品质。

后来发现丈夫居然有了出轨行为，虽然丈夫已经痛心忏悔，尽心照顾家庭，她也愿意原谅丈夫，好好生活，但还总是反复询问丈夫一个问题：“你为什么会做这样的事，这样的事为什么会发生在我身上？”

虽然她已经非常清楚丈夫出轨的原因，但还是无法接受这个事实。

因为对这个事实的接受，将打破她心目中那个王子公主般的理想化世界，这是她的情感赖以存在的世界，打破了就意味着情感的死亡。

所以她需要不断寻求一个说得过去的答案，可以让自己继续回到那个童话里。

这是对现实状态高度依赖才能获得理想化精神体验的结果，是一种非独立的、以自我为中心的思维方式，认为凡事都应该按照自己的想象、愿望来发展，难以尊重事物本身无常的本性。

<<是什么阻碍了你的思考>>

<<是什么阻碍了你的思考>>

媒体关注与评论

思维科学，乃万学之学。

思维是控制成功的核心密码！

专家研究表明，左右一个人成功的关键因素不是智商，而是思维模式。

我们传统的思维模式，像遗传基因一样，影响着一代又一代中国人的思维习惯。

<<是什么阻碍了你的思考>>

编辑推荐

《是什么阻碍了你的思考》以一种全新、简洁、有效的创新思维技巧，帮你迅速突破事业的瓶颈，提升竞争力。

带你走出思维的误区，改变思考的方式，打破思维定势，创造性的思考和解决问题，让自己的生活精彩起来。

你仍被“标准答案”束缚吗？

你知道什么是“多元化思维”吗？

你能快速、高效地解决学习或工作中的问题了吗？

你准备好“灵感笔记本”了吗？

停下无目的的忙碌吧！

你需要的是丢掉不必要的东西，为大脑腾出空间整理思绪，保留真正重要的想法。

<<是什么阻碍了你的思考>>

名人推荐

思维科学，乃万学之学。

思维是控制成功的核心密码！

专家研究表明，左右一个人成功的关键因素不是智商，而是思维模式。

我们传统的思维模式，像遗传基因一样，影响着一代又一代中国人的思维习惯。

<<是什么阻碍了你的思考>>

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>