

<<心理学家支招>>

图书基本信息

书名：<<心理学家支招>>

13位ISBN编号：9787562157397

10位ISBN编号：7562157391

出版时间：2012-6

出版时间：李倩 西南师范大学出版社 (2012-06出版)

作者：李倩 编

页数：171

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>

## <<心理学家支招>>

### 内容概要

创造能力是我们不断发展自己、超越自己的不竭动力，《青少年心理成长护航丛书：心理学家支招·青少年创新思维训练手册》从心理学的角度，对创造能力的构成进行逐层剖析，设置了生动有趣的训练方案，可以让我们在参与各种创造能力的挑战与实践中，全面发展我们的创新思维，培养我们的创新能力。

## &lt;&lt;心理学家支招&gt;&gt;

## 书籍目录

第一篇 创造的秘密 第一章 进入创造之旅 第一节 创造其实不深奥 第二节 创造发生有玄妙 第二章 创造者的秘密 第一节 留心发现求创造 第二节 创新思维得创造 第二篇 我会是未来的发明家吗？  
 第一章 没有做不到，只有想不到 第一节 创造，我要尝试 第二节 梦想，我们最大的动力 第三节 创造，别被外力套牢 第四节 敢于挑战，勇于突破 第二章 兴趣是最好的老师 第一节 创造性兴趣自我测试 第二节 兴趣是打开成功之门的金钥匙 第三节 用热爱诠释音乐 第四节 好奇是创造的起点 第三章 坚定意志，穿越障碍 第一节 创造性意志自我测试 第二节 意志为帅，无往不胜 第三节 在困顿中坦然应对 第四节 克服挫折，突破自我 第三篇 灵感何时来敲门？  
 第三篇 灵感何时来敲门？  
 第一章 拆掉思维里的墙 第一节 思维流畅妙想多 第二节 思维变通天地宽 第三节 思维独特灵感至 第二章 想象，让世界变得不一样 第一节 在想象的天空翱翔 第二节 想象力训练：正方形变形记 第三节 想象力训练：组合大比拼 第三章 想象，文艺创作的翅膀 第一节 自由想象创新作 第二节 发挥想象灵感至 第三节 想象力训练：两小儿辩日续 第四章 组合联想大发明 第一节 组合联想显神功 第二节 细微之处有机遇 第三节 简单之中有绝妙 第五章 打破定势是坦途 第一节 时刻警惕思维陷阱 第二节 不要处于框架之中 第三节 灵活变通，成效卓然 第六章 类比联想得妙用 第一节 从茅草到锯子——形状类比联想 第二节 蝙蝠与雷达——功能类比联想 第三节 听诊器的发明——结构类比联想 第七章 “灵感一闪”有没有？  
 ！  
 ——顿悟 第一节 来自梦幻的启发 第二节 引发自己的灵感 第三节 动物的恍然大悟 第四篇 召唤灵感 第四篇 召唤灵感 第一章 放轻松，增潜能 第一节 无心插柳柳成荫 第二节 创造需要张弛有度 第三节 放松训练 第二章 听听小曲儿，也能创造？  
 第一节 奇妙的音乐 第二节 “莫扎特效应” 第三章 心情影响创造 第一节 科学家们的“快乐思想” 第二节 快乐是种生活态度 第三节 快乐积极，活跃思维 第四章 做做运动有助创造 第一节 “四肢发达”就会头脑简单吗？  
 第二节 运动为我们带来了什么？  
 第三节 运动打开你的创造之门 第五章 色彩影响创造 第一节 红VS蓝 第二节 孩子们喜欢的色彩 第三节 色彩和心理 第六章 更多阅读、更多见闻、更多创造 第一节 阅读——开启创造之门 第二节 见识无止境，创造无止境 第三节 读万卷书、行万里路、得万千创意！  
 附：“我也来创造”栏目参考答案

## &lt;&lt;心理学家支招&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：“乐圣”贝多芬 贝多芬于1770年12月16日出生在德国波恩的一个贫穷的家庭。他从小就有音乐天赋，这使他的父亲产生了要他成为音乐神童的愿望。贝多芬从4岁起就整天练习羽管键琴和小提琴。8岁时贝多芬首次登台，获得巨大的成功，被人们称为第二个莫扎特。此后拜师于风琴师尼福，开始学习作曲。11岁发表第一首作品《钢琴变奏曲》。13岁参加宫廷乐队，任风琴师和古钢琴师。1787年到维也纳后，开始跟随莫扎特、海顿等人学习作曲。1800年，在他首次获得胜利后，一个光明的前途在贝多芬的面前展开。可是三四年来的，一件可怕的事情不停地折磨着他，贝多芬发现自己耳朵变聋了。贝多芬热爱钢琴，但是对于一个音乐家来说，没有比失聪更可怕的事了。因而人们可以在他的早期钢琴奏鸣曲的慢板乐章中理解到这种令人心碎的痛苦。贝多芬的心无时不充满热情，可是他的热情是非常不幸的，他总是交替地经历着希望和热情、失望和反抗，这无疑成了他的灵感源泉。正是贝多芬对于音乐深沉的热爱才使他在音乐的道路上坚持地走了下去，最终获得了世人的肯定。甚至在他病入膏肓，已经卧床不起的时候，他还在创作着自己的下一部交响曲。心理学家说是什么激励着贝多芬在耳聋的情况下还依然不放弃？是对音乐深沉的热爱，是对音乐执著的痴迷！“我要扼住命运的咽喉，它妄想使我屈服，这绝对办不到。生活这样美好，活它一辈子吧！”这就是贝多芬对生活的热爱，对音乐的热爱。据心理学家验证，人若拥有良好的心态与强烈的求知热情，他的灵感便会一触即发，如泉眼般源源不断，那么结果也会事半功倍；反之，用愁眉苦脸面对问题，就像一部机器，没有想法，说不定方案不仅未能得出，还可能弄巧成拙。由此可想，为什么我们身边经常发生一些惨不忍睹的案件？因被逼学习而跳楼，结束大好的青春年华；因被逼练钢琴而宁肯自砍手，摆脱约束获得自由。而热爱者善于发现其中的奥秘，几乎一离开就要生病。这就是“有兴趣”与“无兴趣”的最大区别。从教育心理学的角度来说，兴趣是一个人倾向于认识、研究获得某种知识的心理特征，是可以推动人们求知的一种内在力量。学生对某一学科有兴趣，就会持续地专心致志地钻研它，从而提高学习效率。从对学习的促进来说，兴趣可以成为学习的原因；从由于学习产生新的兴趣和提高原有兴趣的角度来看，兴趣又是在学习活动中产生的，可以作为学习的结果。所以，学习兴趣既是学习的原因，又是学习的结果。

<<心理学家支招>>

编辑推荐

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>