

۲۱۲۶۲۰۳

السلامة

مندی وژی حافظه و مطالعه

| افزایش تمرکز حواس و آمزش تند خوانی |

تألیف:

دکتر مریم سلیمی

تابستان ۱۳۹۹



سرشناسه	: سلیمی، مریم، ۱۳۵۹ -
عنوان و نام پدیدآور	: متدولوژی حافظه و مطالعه/تالیف مریم سلیمی.
مشخصات نشر	: تهران: انتشارات اساتید دانشگاه، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۲۰۸ص.
شابک	: 978-622-649296-6
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
موضوع ۶	: تندخوانی Speed reading
موضوع ۷	: حافظه - تقویت Mnemonics
موضوع ۸	: مطالعه و فراگیری Study skills
رده بندی نمره	: ۵۴/۱۰۵۰LB
رده بندی دیسی	: ۴۳/۴۲۸
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۲۲۲۷۰۱

متدولوژی حافظه و مطالعه

مؤلف: دکتر مریم سلیمی

طراح جلد و صفحه آرا: توران دانش

ناشر: انتشارات اساتید دانشگاه

سال چاپ: ۱۳۹۹

نوبت چاپ: اول

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۴۵۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۴۹۲-۹۶-۶

تلفن انتشارات: ۰۹۱۲۴۳۴۲۷۴۱-۰۲۱-۶۶۴۰۱۸۷۸-۶۶۴۰۵۰۷۳

فروشگاه اینترنتی <http://asatidedaneshgahpub.ir>

فهرست

۵	پیشگفتار
۶	مقدمه
۹	جلسه اول
۲۷	جلسه دوم
۴۵	جلسه سوم
۶۱	جلسه چهارم
۷۹	جلسه پنجم
۹۵	جلسه ششم
۱۰۹	جلسه هفتم
۱۲۹	جلسه هشتم
۱۴۱	جلسه نهم
۱۵۳	جلسه دهم
۱۷۰	پیوست

پیش گفتار

مطالعه بر توانائی های ذهنی، روحیات و احساسات انسان تأثیرات شگفت انگیزی دارد فردی که اهل مطالعه است تغییرات مهم و اتفاقات خوب و مثبت برایش اتفاق افتاده و مسیر زندگیش عوض خواهد شد. طی تحقیقات زیادی که انجام گرفته، ثابت می کند مطالعه فعالیتی است بسیار مفید در زندگی که کارکرد مغز، توانائی های حافظه و تفکر و فن بیان را تقویت نموده و باعث افزایش علم و آگاهی و اعتماد به نفس شده و در هدفمندی برای غلبه بر مشکلات کمک شایسته می نماید.

مطالعه تنها راه خروج از - رنجوب خشک زندگی امروزی است، اما مشغله کاری و روزمرگی فرصت مطالعه را کم کرده است، و لذا براین اساس این فرصت کم را با تمرین و آزمون گام به گام متدولوژی برای افزایش تمرکز - درس توام با تمرینات تند خوانی که در این کتاب به آن پرداخته شده است جبران خواهیم نمود.

در این کتاب حدوداً ۱۲۰ تمرین برای ۱۰ جلسه، یک و نیم ساعت کلاسی و تمرین یک ساعت در منزل طراحی شده است که در کمتر از یک ماه شاهد تحول عظیم در درک مطلب با تمرکز حواس عالی خواهید بود که در سریعترین زمان می توان به آن دست یافت.

برای آگاهی از نکته نظرات و پیشرفتتان می توانید به آدرس ایمیل:

Maryams2000m@gmail.com پیام بفرستید.

مریم سلیمی