

قوانین مغزی

تالیف:

جان مدینا

ترجمین:

فائزہ دقیقہ

دکتر سید ضیاء الدین رائی ہائوس

سرشناسه	:	مدینا، جان ج. Medina, John J
عنوان و نام پدیدآور	:	قوانین مغزی / تالیف جان مدینا : مترجمین فائزه دقیق ، سیدضیاءالدین رائی هاشمی .
مشخصات نشر	:	تبریز: پژواک البرز، ۱۳۹۵ .
مشخصات ظاهری	:	۱۵۲ ص.
شابک	:	۹۰۰۰۰ ریال ۸-۴-۹۶۷۸۶-۶۰۰-۹۷۸:
وضعیت فهرست نویسی	:	فیبا
یادداشت	:	عنوان اصلی : : ۱۲ Brain rules , principles for surviving and thriving at work, home, and school .
موضوع	:	پردازش اطلاعات انسانی
موضوع	:	Human information processing
موضوع	:	ادراک
موضوع	:	Perception
موضوع	:	حس
موضوع	:	Senses and sensation
موضوع	:	شناخت (فلسفه)
موضوع	:	Knowledge, Theory of
موضوع	:	مغز
موضوع	:	Brain
شناسه افزوده	:	رائی هاشمی، سیدضیاءالدین، ۱۳۵۱ . - مترجم
شناسه افزوده	:	دقیق، فائزه، ۱۳۵۴ - مترجم
رده بندی کنگره	:	۱۳۹۵۴۴۴BF ق۹/م۴
رده بندی دیویی	:	۱۵۳
شماره کتابشناسی ملی	:	۴۴۳۳۰۵

نام کتاب: قوانین مغزی

مؤلف: جان مدینا

مترجمین: فائزه دقیق - دکتر سید ضیاءالدین رائی هاشمی

ناشر: پژواک البرز

چاپ و صحافی: البرز

تیراژ: ۵۰۰

نوبت چاپ: اول

قطع: وزیری

سال چاپ: ۱۳۹۶

تعداد صفحه: ۱۵۲

قیمت: ۱۲۰۰۰۰ ریال

شابک: 978-600-96786-4-8

فهرست

۵ مقدمه

۷ قانون اول

ورزش

۱۷ قانون دوم

بقاء

۲۷ قانون سوم

مدار بندی

۳۹ قانون چهارم

توجه

۵۱ قانون پنجم

حافظه کوتاه مدت

۶۵ قانون ششم

حافظه طولانی مدت

۷۹ قانون هفتم

خواب

۸۹ قانون هشتم

قوانین مغزی

استرس

قانون نهم

تجميع حواس

قانون دهم

پيناى

قانون يازدهم

جنسيت

قانون دوازدهم

كشفيات

۱۰۵

۱۱۹

۱۳۱

۱۴۳

www.ketab.ir



شروع کنید عدد ۸۳۸۸۶۲۸ را در عدد ۲ ضرب کنید (البته در مغزتان و بدون استفاده از ماشین حساب). آیا می‌توانید این عمل را در عرض چند ثانیه انجام دهید؟ جوانی است که می‌تواند عدد حاصل را در عرض چند ثانیه و چندین بار دو برابر کند. او هر بار این کار را به درستی انجام می‌دهد. کودکی در سن شش سالگی تصوی‌های قوی و زنده‌ای می‌کشد. هیچکدام از این افراد ناهمبند نیستند. مغز عضو شگفت‌انگیزی است. مغز ممکن است عجیب نباشد ولی فوق‌العاده است. پیچیده‌ترین سیستم پردازش اطلاعات در روی زمین، مغز انسان است. برای این کار مغز تکانه‌های الکتریکی را از سلول‌ها مایل سیستم‌های نورونی عبور می‌دهد. باور کردن این موضوع چقدر مشکل است. بیشتر ما نمی‌دانیم که مغز چگونه این اعمال را انجام می‌دهد. ما در هنگام رانندگی با تلفن هم صحبت می‌کنیم. اگر به دردتور انجام چند کار برای مغز به طور همزمان کار مشکلی است ولی مغز با تمرکز، چند کار را همزمان و به هم و البته بطور صحیح انجام می‌دهد. البته یک مغز در محیط پراسترس کارایی کمتری دارد.

ما کاشف‌های قدرتمندی هستیم و این قدرت هرگز از دست نمی‌کند، علیرغم محیط مصنوعی که دور و بر خودمان ساخته ایم. من علاقمند به شناختن ارتباط جالب میان زن و رفتار هستم و بیشتر مواقع به عنوان یک مشاور خصوصی انجام وظیفه کرده‌ام، امری که برای یک بیولوژیست مولکولی با این تخصص ضروری است. تحقیقات زیادی درباره کروموزوم‌ها و عملکرد مغزی داشته‌ام. در این کتاب بیشتر با معلمان، صاحبان مشاغل حرفه‌ای، تحصیل کرده‌ها، دانش‌آموزان، حسابداران و ... سخن خواهیم گفت. هدف این کتاب وارد کردن شما به حلقه تفکر است.

وظایف مغز در سایت www.brainrules.net/dvd موجود است. من در مورد هر موضوع داستان‌هایی دارم. هدف این کتاب تجویز نسخه روش آموختن نیست بلکه یک فراخوانی برای تحقیق واقعی است. دلیلی که ما به خاطر آن زنده‌ایم، اطلاعات ما درباره عملکرد مغز نتیجه

قوانین مغزی

مطالعات بیولوژیست ها و روانشناسان و متخصصین علوم اعصاب است. اگرچه اطلاعات ما در این زمینه کم است ولی ارزشمند می باشد.

www.ketab.ir