

# 最新思维阅读读后感 思维导图的读后感(优质5篇)

当品味完一部作品后，相信大家一定领会了不少东西，需要好好地对所收获的东西写一篇读后感了。当我们想要好好写一篇读后感的时候却不知道该怎么下笔吗？接下来我就给大家介绍一下优秀的读后感范文，我们一起来看一看吧，希望对大家有所帮助。

## 思维阅读读后感篇一

幸或不幸地做了全职妈妈以后，常常被人调侃一孕傻三年或是脑子秀逗了。想来还是多读读书做做脑运动。前不久在网上搜寻个人提升书单时买了这本鬮鼠的土豆在知乎上推荐的《日常生活中的思维导图》。

刚拿到这本书，封面上五颜六色的图，第一感觉有点像大脑生理结构图，中间一个中心图像，围绕中心图像发散出许多曲线。看起来像是要教人画图。没错，它的确是一本教我们画图的书，只不过教的是思维导图。

在此之前，思维导图我听都没听说过。尽管它早已带着各种光环风靡日本。比如它是21世纪革命性的思维工具，被商界和学界推崇为大脑说明书。现在也成为越来越多500强企业的员工培训课，以及许多世界名校的必修课。

这本《日常生活中的思维导图》为我们讲述了什么是思维导图，列举了生活，学习，职场中的二十多个例子，详细介绍了思维导图的七条规则，逐步引导我们掌握这一思维工具。其中七条规则应作为本书重点细读。

作者矢岛美由希，英国tingkbuzan公司授权培训师，目前在日本各地举办思维导图讲座，通过教练式培训和育儿咨询使

无数民众受益。译者程雨枫，毕业于中国人民大学日语专业，九州大学社会学硕士学位。

全书六个章节，可分为三大部分。

第一部分主要通过讲创始人东尼·博赞的故事，告诉我们思维导图为何产生

思维导图创建于20世纪70年代。东尼·博赞从小就是个爱思考的孩子，少年时也曾为了提高阅读速度尝试许多方法，最终他的阅读速度，从每分钟214个单词提高到了1000个以上。大学以后，作业繁重。他为了提高大脑使用效率，特地去图书馆查阅资料，结果他失望地发现，连收音机都有说明书，大脑这么重要的器官竟然没有说明书。他想，既然没有，那我就自己写一部。没错，这就是思维导图最初的来历了。为了使大脑记住更多的内容，东尼·博赞画出了从中心向四周发散线条的放射状笔记，思维导图由此也诞生了。英国广播公司bbc播出了一期关于思维导图的节目，引起了巨大反响。在如何让人变聪明的问题上，东尼·博赞是很有野心的，他开始推广并传授思维导图。

思维导图原本就是为了提高记忆力而创造出来的，东尼·博赞介绍它为记忆和学习的工具。最初主要在职场人士之间流传。近年来被积极地应用到了日常生活中来。

那么，思维导图如何绘制呢？其实就是将画在中心的主题一步步细化分解。先把主题延伸出的粗线分成中等线条，再把中等线条分解成更多更细的线条，如此不断重复。这个过程不但帮助我们不同角度分析主题，还可以纵观全局，一目了然。比起分项列表，它便于补充遗漏，也更有助于激发思维，流畅的线条正如清晰的脑回路，真正做到了思维可视化。

管理日程的思维导图

第二部分这一部分作者用了三章，分别详细地写日常生活中，学习中以及职场中的各种思维导图。

如果你已经迫不及待想试试，可以直接跳到本书第五章节，围绕七个详细规则，马上画出你的思维线条，开动你的大脑。

20多个实用的例子和温情的故事，避免了工具书给人的枯燥感。有时间的话可以细读，也可以在练手时拿来参考。其中一个应对紧急状况的思维导图给我留下了深刻的印象。一家人在大地震后勉强腾出了睡觉的地方，面对着家里的一片狼藉，夫妻俩制作了一张思维导图贴在墙上，按部就班的着手解决眼下的问题。其实在那种情况下，只要知道了下一步该做什么，人就不会手忙脚乱，就会感到心安。思维导图比起文字式的记录，明确了诸多事务的轻重缓急，缓解了一家人的焦虑，使他们更加冷静地走出困境。另外还有日常生活中小学生用思维导图构思作文，职场人士用它总结发言，规划未来等等。思维导图带给人们越来越多的便捷。

第三部分第五章，这本《日常生活中的思维导图》里的干货了。重点讲解思维导图的七条规则，也可以当作是七个步骤，跟着走就行。

## 1选纸

笔感好的纸张会让你的线条更流畅。

通常选白纸□a4以上，过小了画不下，太大了不能一目了然。然后根据眼球的转动，纸张横向摆放。

## 2画中心图像

有人肯定会说了，我不会画画啊，怎么办？但思维导图是画给我们自己看的啊，自己看得懂就行，不需要多漂亮。画出自己的心中影像即可。

画中心图像大约要5分钟。熟练之后更容易进入状态。

中心图像的大小在直径5厘米左右，建议参考“一拳大小”。

### 3使用颜色

这条很简单，就是尽量使用多种颜色，最好是五颜六色。

### 4画延展的曲线

分支包括形状，粗细和长度三个要点。

形状分支的要领是“性感的曲线”，根部粗，尾部细，看起来就像走之旁的最后一笔。分支线条流畅，则思维流畅。

粗细从中心图像伸出来的主枝最粗，延伸出来的分支逐渐减细，分出“粗，中，细”三个等级。这样思维导图看起来更加清晰易懂。

长度分支的长度和分支上的词语要均等分配，保持平衡。分支可以先画短一点，写上词语之后不够了再加长。

分支的形状，粗细和长度

### 5在线条上写词语

线条和词语的规则为“1分支1词语”，即一条线对应一个词语。主支上的词语写大一些，分支上写小一些。什么词都可以，也不需要分次序，同一个词也可以反复出现。总之，想到什么就写什么。绘制思维导图本身就是是一个展开联想，开拓思维的过程。

### 6层次化

分为分层和排序两部分，结合起来才算层次化。

分层线条上依次相连的状态叫分层。分层是多样化的，会随着我们的知识和兴趣点变化。排序指的是按照某一规律重新排列的操作。如果你在画的时候觉得有什么不对劲或者想调换一些顺序，这就说明你发现思维导图的层次化出了问题。初学者可以先把想到的东西全部写下来，最终经过反复分层和排序，就能得出一幅层次分明的思维导图。

## 7 总之先试试

最后一条规则是“tefcas”是尝试，行动，反馈，检查，调整和成功的英文首字母缩写。矢岛美由希一直把它作为绘制思维导图时的心理准备。因为只有在尝试和行动中，我们才能收获反馈并不断调整，最终获得成功。

能够遵循以上七条规则，即完成了一幅完整思维导图。只符合部分规则的导图叫作“小型思维导图”。思维导图没有所谓的标准答案，画得开心就好，它允许我们在愉快的尝试中慢慢地掌握规则和要领。无论是哪一种，适合你的，开拓了你的思维的，助你达到了预期目的的导图，就是一份好的思维导图。

get了思维导图的七条规则，就像拿到了一张大脑说明书，你会发现你的线条其实就是你的思路，一目了然地呈现在了纸上。

第三部分手把手教你画思维导图，也是书的最后一章。

用实例教你画简单的中心图像，教你用思维导图做自我介绍，管理日程，搭建心与心的沟通桥梁等等。

### 《日常生活中的思维导图》的思维导图

像很多人一样，一开始我以为思维导图对绘画要求很高。读完这本《日常生活中的思维导图》，我试着画出了人生第一

张思维导图，这才发现这本书的脉络已经跃然纸上，不再抽象。矢岛美由希本身是一个培训师，她把一些深奥的专业词汇，变成了风趣的语言，耐心地列举大量的实例，成功地拉近了我们与思维导图的距离。所以，不管你是家庭主妇，莘莘学子还是职场精英，不管你是执着于”正确的思维导图“，还是今后打算画思维导图，都能在本书浅显的讲解中有所收获。日常生活杂乱无章，有太多的琐事，相信思维导图会让你的生活越来越有条理和品质！

## 思维阅读读后感篇二

他人，就是在悦纳自己。

不都是经历多年的坎坷，才一步步走向成功的？同样，学习亦是如此，要想在最后考试中得到优异的成绩，那就要每天辛辛苦苦的学习，其过程十分辛苦，可最终所得到的是好成绩，同时，也得到了快乐，如果不坚持勤学苦练，那么，成绩也会轻而易举的一落千丈了。所以，我以后每天都要上课认真听讲，课前预习，学后及时复习的好习惯，每天，刻苦学习，今天的任务今天完成，决不拖到明天，不应付作业，只有这样，我的成绩才能提高。

《思维与智慧》让我学到很多。

## 思维阅读读后感篇三

国庆假期拜读了阿维纳什.k.迪克西特和巴里.j.奈尔伯二人所著的《策略思维》这本书，它让我受益匪浅。

咱们中国有句偈语“人生如棋，步步惊险”。所以在我们的人生道路上，要走好每一步，下好每一步棋。而每一步棋，便是我们在与竞争对手博弈。而且对于这盘棋，对于我们每个人来说都是茫然的，因为敌明我暗，它充满着未知。在这棋局里，我们从最初的莽撞，锋芒毕露直到我们的对手，微

笑着，不费丝毫气力便将我们辛苦建立的局面瓦解。蓦地，我们恍然大悟，尔后变得内敛、稳重亦变得谨慎。

我们对手是一个极其狡猾的对手，他设陷阱，布奇兵，迂回而战，无一不考验着我们的棋艺。他为我们埋下了一个又一个圈套，等着我们自投罗网，举手投降；他也为我们设置了一个又一个诱惑，仿若一朵朵娇艳的鲜花，等待着我们去摘取。在面对这些圈套，诱惑，我们不得不保持着高度的警惕和清醒的头脑，识破这些或低级或高明的骗局，继续这场博弈。

博弈——是战争的艺术，《策略思维》这本书用许多活生生的例子，向我这样没有经济学基础的读者展示了当今比较流行的博弈学说。博弈是指在一定的游戏规则约束下基于直接相互作用的环境条件，各参与人依靠所掌握的信息，选择各自策略行动以实现利益最大化和风险成本最小化的过程，简单说就是人与人之间为了谋取利益而竞争，亦友亦敌。人生一直就是一个选择与被选择的过程。

此书把我们生活中经常遇到的问题和困惑从博弈论的角度进行了分析和论证并试图从中找到一个最佳的解决办法，从而使我们从另外一个角度看待问题，更加明了清楚的认识这个世界。，它是一本挑战智商的书.....

人生就是一场博弈，这场博弈并非只有起点与终点，在这过程里，有时我们占上风，有时他人占上风，而这便是顺境与逆境。在这其中，我们应懂得在顺境中不陶醉，在逆境中不气馁。曾记得《易经》中有泰、否两卦象，两卦象相辅相成，否及则泰来，如此环复，就好比失败是成功的开端，而成功亦是失败的缘起。而我们总是渴望着美好的成功的到来，殊不知为了成功，我们先要学会失败，前人总说一个人的成功往往是在一次次失败后总结，积累经验所取得的。善于对失败总结的人是智者，不怕失败的人是勇者，被一次失败就打倒的人是懦夫，不能正确认识自己失败的是愚人。而智者不

惑，勇者无惧，懦夫气馁，愚人无救。

从《策略思维》中我们从小故事中细细品味，当我们处于优势的时候要先观察对手出牌情况，然后选择最稳妥最有效的策略将优势转化为胜势，当我们受制于人、处于被动地位之时，我们要解放思想切不可畏手畏脚，运用最大胆、最强势的方式将对手一击致命，争取一举扭转乾坤。

拜读此书的过程中，联系到我们日常工作过程中，一直在博弈的例子。如：

### 1、竞争谈判

我们和客人谈判的时候，一定要一击击中，不要拖延，当机立断，不给对方时间上的思考，击中要害，不给对手还击的机会。当然谈判前做充分的功课，知己知彼，方能做到百战百胜。因为谈判的时间越长，蛋糕就越变越小，如同罢工一样，都停产就没有利润，没有工资发，所以解决的方案是，从谈判可能持续到的最后一天发生的情形倒推，推到谈判发生的第一天，直接给一个条件，把问题解决，符合双方的利益。速战速决，不给对方予过多的时间去思索。

### 2、针对两阶段出价法

根据市场经济原理，占据市场先机的产品先卖的人赚的多，后卖的人拿的钱少，以此吸引人都先来卖。攻破方式就是用均衡折中的方式稳定出价。先卖的人赚的多，后卖的人拿的钱少，以此吸引人都先来卖。攻破方式就是用均衡折中的方式稳定出价。把议价权牢牢掌握在自己手中，成为真正的市场赢家。

### 3、阻吓

古人云：上兵伐谋，其次伐交，其下攻城。所以在必要的时

候露出锋芒，不战而屈人之兵。必要时制造市场资源的恐慌心理，埋下价格高涨的伏笔。即使手握解决方案，但也一定要将最坏的结果先铺设，从而能制造利润的最大化。

#### 4、小步前进

一笔大交易，如果怕被违约，那么可以小步前进，一次交换一点，任何一次失败了，损失只是这个大项目的一小部分。因此小部分的违约不符合利益，这个项目就会很容易的走完。因为一口吃不了一个胖子，如果稳定的小步发展，建立信任感，以服务取胜。

#### 5、价格战

对于价格战，最好的策略是使用一小部分的商品去参与，因为小货的杀商力度非常的强悍，但损失不会大，从而打击对手的心里，对我们后续的出价捉摸不透。

总之，书介绍的内容还是不错的，但是过多的强调如何让自己的利益最大化，但个人认为更多的是要研究如何走出囚徒困境，如何通过合作实现双赢。

## 思维阅读读后感篇四

背逆性思维也叫求异思维，它是对司空见惯的似乎已成定论的事物或观点反过来思考的一种思维方式。背逆性思维对我们思考问题是需要有帮助的，所以在训练背逆性思维要从孩子做起，下面为大家分享一下孩子背逆性思维训练方法！

### point1 3~4岁——起步阶段

3~4岁的孩子属于直觉行动思维阶段，这一阶段，对孩子进行背逆性思维训练，主要是通过给孩子创设一个轻松、有趣、愉快的游戏环境，让他萌发思考的兴趣，并自己动手操作，

让孩子经常处于积极活动的状态之中。

### no.1 哭笑娃娃

游戏目的：在迅速反应中发展思维的逆向性和流畅性。

游戏玩法：和孩子一起玩经典的老游戏“石头、剪刀、布”吧！不过，这次要做点小小的改动。每一次，胜利者都要做“哭”的动作，输的一方则要做“笑”的动作，谁先做错就要淘汰认输哦！

### no.2 反口令

游戏目的：能根据“口令”做相反的动作，训练孩子思维的逆向性及思维的敏捷性。

游戏玩法：你说“起立”，孩子就要坐着不动；你说“举左手”，孩子就要举右手；你说“向前走”，孩子就要往后退……总而言之，孩子要和你“反着来”才行。如果他做错了就算输了。这可是一个非常好的家庭游戏哦！

### no.3 高个和矮个

游戏目的：通过动手操作，发展孩子的背逆性思维能力及空间感知能力。

游戏准备：正方形、长方形、圆形积木和高矮不同的小人3个。

游戏玩法：这是一个非常适合你和孩子两个人进行的游戏。你可以在3个高矮不同的小人下面垫上正方形、长方形、圆形的积木，使它们显得一样高。然后，让孩子根据所垫木块的多少，判断出这3个小人中，哪个最高，哪个最矮。

point2□4□5岁——关键阶段

4~5岁是孩子思维活动发展的关键阶段，这一阶段已经进入具体形象阶段。对4~5岁的孩子进行背逆性思维训练，主要是不断丰富孩子的知识，发展他的语言，帮助孩子学会从正反两个方面思考问题，并做出判断。

### no.1反义词

游戏目的：在游戏过程中积累孩子的词汇量，发展背逆性思维记忆力及思维的流畅性和敏捷性。

游戏玩法：这是一个无论何时何地都可以进行的游戏。你要根据孩子的实际情况，说一些词语，要求孩子在比较短的时间内说出这个词语的反义词。比如你说“白天”，孩子就要说“黑夜”；你说“大树”，孩子说“小树”等等。

### no.2找图形

游戏目的：让孩子能根据形状、颜色标记对图形进行双维排列，体验给图形定位的方法，发展背逆性思维及立体思维。

游戏准备：双维排列底板一块，一些与图上的标记相对应的图形，如红色的方形、蓝色的三角形等。

游戏玩法：这可是一个孩子与你轮流进行的游戏哦！你可以先和孩子一起猜拳，决定谁先玩。赢的一方可以随意说出一个空格（如横三竖三），让对方找出相应的符合条件的图形放上去。如果找错了图形，就不能放上去。

看一看，是谁找到的图形多呢？你和孩子谁比较厉害一点呢！

### no.3我是小法官

游戏目的：训练孩子的空间想像能力和背逆性思维能力。

游戏准备：粗细不同的3根小棒，绳子3根

游戏玩法：这个游戏你一定要和孩子一起玩哦！你先将3根绳子分别在3根小棒绕3圈，但剩下的绳子长短要相同。然后，你要请孩子来判断一下，哪根绳子最长。孩子猜出来以后，不管是对是错，你都可以让他亲手操作一下。

## point3□5□6岁——发展阶段

在5~6岁，孩子的抽象逻辑思维比较迅速的发展起来了，这为他入学奠定了智力基础。这一阶段的孩子已经开始能使用概念、判断、推理等思维形式进行思维活动了。对5~6岁孩子进行背逆性思维训练，主要是帮助孩子从相反的视角去看固有的观点和惯常的看法，学会正确的思维方法，并通过各种创造活动发展他的背逆性思维。

### no.1 奇怪的时钟

游戏目的：在认识时钟的基础上，发展孩子的背逆性思维和判断力。

游戏准备：自制一个可以拨动时针和分针的时钟，并准备一面镜子。

游戏玩法：让孩子看着镜子，你拿着这个自制的时钟站在他的身后，并拨动时针和分针，让孩子看着镜子里时钟的影像，说出是几点钟。

### no.2 藏宝图

游戏目的：训练孩子的空间知觉能力及背逆性思维能力。

游戏准备：用比较透明的纸做几张“藏宝图”。并准备几张相同的空白图纸。

游戏玩法：你先给孩子看一张“藏宝图”，然后告诉他“这是一张透明的藏宝图，如果将它翻过来，你会出现什么样的图案呢？也可以让他在空白图纸中画出来。

### no.3扑克猜数

游戏目的：用不同的方法将隐藏的数字猜出来，发展孩子的背逆性思维及思维的流畅性、敏捷性。

游戏准备：1~9的牌两套(共18张)

游戏玩法：你一定要和孩子一起玩哦！先请孩子把牌洗好，然后你任意抽去一张，藏起来，并将余下的牌摊开，让孩子猜一猜你藏起来的是哪张牌。

## 思维阅读读后感篇五

说实话，一开始我没有要打算阅读这本书，50本的书目对于这个名字也只是浏览一遍，所选定的两本书也没有这本的痕迹。但是当我在书店里找寻着所选的书目时，引入眼帘的是平台上的一摞《思维的乐趣》的书籍，心想这应该是一本冷门的书吧！可还是顺手拿了起来。

把我带入兴趣的可能是名人评价的那段话：“我常常觉得王小波就像《皇帝的新衣》里面那个无比庄重又无比滑稽的场合喊了一嗓子，使所有的人都吃了一惊，继而露出会心的微笑。后来，这批人把这个孩子当成宠儿，并且把他的名字当成了他们互相认出对方的接头暗号。”

感觉这段话令我耳目一新，给了作者极高的赞誉，让我感觉王小波先生不仅是位作家，也是一位笔杆上的魔术师。

当我开始阅读时，会感到无聊甚至是有些无趣，有些时候会读得很懵，读着会阅读的文字却又不明白文章到底在说什么，到底在表达什么。大部分的原因应该是不太了解当时的时代背景，对“文革”时的变化不了解，对当时中国人民生活毫无概念。

这也正让我明白了，读文章时了解时代背景，当时的社会情况的重要性，至少了解一些，读起来也会容易一些，也会更便于理解一些，这也是阅读技巧之一吧。

对于内容，我的理解比较浅薄，大概跟我缺乏人情世故的社会经验与思维不足以思索历史的原因有关，但却也有些收获。

关于《沉默的大多数》，所明白的就是一句话吧：沉默的大多数，现在的大多数。这是对于社会的写实，保持沉默的原因也依照王小波先生的表述，多种多样，有些人没能力，或者没机会说话；还有些人有些隐情不便说话；还有人因为种种原因，对于话语的世界有某种厌恶之情。对照如今时代的社会，确实如此，足以让人陷入深深的沉思。

“一个人倘若需要从思想中得到快乐，那么他的第一个欲望就是学习。”我喜欢这句话，喜欢这句话的写实，喜欢这句话的励志，喜欢这句话所带给我的感受。

学习是一个人一辈子需要做的事情，在那个动荡的年代，王小波先生就已经有如此之远见，可谓他真的是一位有思维、有思想、懂思维的乐趣，解思想的妙处的先生，让我对他更加敬佩。

让我印象颇为深刻的是一篇叫《一只特立独行的猪》的文章，让我印象深刻能记住主要是因为它的题目，而且之前就略有耳闻，阅读时便也格外认真专注。

这只特立独行的猪一米高的猪栏一跳而过，能跳上屋顶，也总到处游逛，会到村寨寻找好看的猪，也会模仿各种声音，是所有喂过猪的宠儿，也知道知青对它好，允许知青靠近，阅读着这一点点，我也会感慨这只猪只能用特立独行来形容。在它被许多人拿着手枪和火枪攻击时，潇洒淡定自若的离开，后来遇到时能认出人却不容人走近。再往深层一点儿想，其实人类也彼此彼此吧，受到伤害后对心怀叵测的人保持距离，这也是所有动物的共通之处。

对于青年的思想工作，王小波先生提出的论点是把正面说服和黑色幽默结合起来，马上就可以开辟一片新天地；对于它对外甥的教育与说服说明的真理是别人的痛苦才是你的艺术源泉；而你去受苦，只会成为别人的艺术源泉。

看完这一本《思维的乐趣》感受很多，也学到思想上的许多。照朋友来说，王小波先生真的是一位净友。他的敢于直言，他的勇于批判，他独特的思想见解，他独一无二的精神思考，让我们一起享受《思维的乐趣》！