

<<這樣思考，才會有創意>>

图书基本信息

书名：<<這樣思考，才會有創意>>

13位ISBN编号：9789861208121

10位ISBN编号：9861208127

出版时间：2011-6-21

出版时间：臉譜出版

作者：外山滋比古

页数：160

译者：歐凱寧

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>

<<這樣思考，才會有創意>>

前言

用腦只是一句話，方法卻五花八門。

用腦的方式大致分為兩種，一種是吸收知識，另一種則是想出新事物。

也就是輸入與輸出。

義大利經濟學家? 在以往的時代裡，至少在日本這個國家，一直尊崇腳踏實地的利息生活者，而鄙視投機客。

就連我們的教育，也只注重吸收知識，接受教育的人，就以接收來的知識過生活，從來不會想要創造新事物。

學問越深，越受尊敬。

如果想到什麼有趣的事情，就會被人嘲笑是狡猾、只有腦袋轉得快。

所以日本成了一個模仿第一、創造貧瘠的社會。

滿街都是不知原創為何物的知識分子。

日本看扁了創意的價值，但既然我們以追趕歐美為目標，這也是在所難免。

本書希望能將創意扶正為真正的用腦方式，因為只有創意才能推動文明進步發展，所以書中將揭開創意與其產生過程的神秘面紗。

整本書分為三部分： 第一部分，要探討何謂創意。

一般人認為創意是「憑空出現」的，但事實上，創意並沒有偉大到連如何誕生都無以言喻。

既然本書要訓練創意，自然就採用問答方式，以「肯定型」來回答每個問題。

如果讀者們能體會創意無所不在的境界，將是我的榮幸。

第二部分，要探討創意在什麼時候、什麼場所比較容易出現。

一般人覺得創意就像偶然從天上掉下來一樣，而我要討論，在這偶然之中是否隱藏有不為人知的習慣。

第三部分，要討論掌握創意的具體方法。

創意、點子、發現……之中並不包含邏輯性，也不會有正確的創意法則。

但我依然認為或許有幾個可用的方法，故在此舉例說明。

當然書中舉例並未涵蓋一切的可能性，但只要多少能幫助各位獲得創意，就已經是萬幸了。

<<這樣思考，才會有創意>>

內容概要

你會創意思考嗎？

從生活、課業、工作到發明，都少不了創意+思考力！

「為什麼我總是想不到好點子？

」「我沒有創意是因為我的反應不夠快？

」「只要用力想靈感就會跑出來？

」「用什麼方法才能激發出好創意？

」創意≠頭腦好≠邏輯強≠資優生……那麼創意究竟是什麼？

和思考有什麼關聯？

什麼狀況下容易產生靈感？

好點子可以製造？

創意能夠訓練嗎？

……創意思考力是現代人無可或缺的關鍵能力，沒有它，很難在課業與工作上勝出，社會與人生也少了價值與精采度。

作曲家華格納在床上想到名曲《尼貝龍根指環》；法國數學家龐加萊喝下黑咖啡後證明出函數理論；笛卡兒靠夢境啟發出名言「我思故我在」；莫札特在打撞球時想到了《魔笛》的曲子；瓦特在前往高爾夫俱樂部途中想到改良蒸汽機的點子；化學家凱庫勒坐在倫敦雙層巴士上想到環狀碳鏈理論；阿基米德在洗澡時發現密度原理論；創意潛藏在我們的生活裡，隨時隨地，只要你用對方法思考，就可以有驚人的創造力。

方法不對，靈感不會來！

外山老師教你如何思考，想出好創意！

絕大多數的人都認為自己沒有創意，不會思考，甚至想要有靈感都很難。

在課業及工作上面臨極大困擾。

人的大腦有吸收知識及想出新事物兩種功能，而我們多偏重知識的學習，卻極少思考發想，以致頭腦聰明拿高分的人也缺乏創造力。

加上靈感總是在毫不留神的瞬間乍現，想的方法不對，很難捉摸到。

日本廣受歡迎的外山滋比古教授，幫學生上完思考整理術後，再傾全力推出創意思考課，從認識創意、掌握產生靈感的方法到製造創意，教你練就會思考能發想的本事。

什麼是創意思考？

——進入創意的10個認知創意是最生活化、最輕巧創新的思考結果會思考才會有創意，考高分的人不一定有創意99分的用心，才有1分的靈感重視無行的思考價值，就不會有創

意“want”為創意之母，知識力不等於創意力要先尊重智慧財產，才會誕生好創意以業餘的心情來進行專業的創造創意不在名山，而在生活中意想不到的地方運用幽默和玩笑讓創意更有創意用現在式找創意，創意喜歡在陌生的地方出現 在什麼情況下創意會出現？

——容易產生靈感的5個要訣逼得越緊逃得越遠，不要從正面進攻創意一旦放手靈感就回不來了，養成不斷做筆記的習慣想得創意必先忘記，早上比睡前容易有創意胡思亂想勝過辛勤蒐集，書讀到一半就要放棄錯誤是養分，自滿是絆腳石，時時懷疑常識 創意該如何激發掌握？

——製造創意的10個法則腦力激盪法則：透過跨界交流產生創意延長線與慣性法則：利用物理慣性讓思考持續意外發現法則：從無關的周遭獲得新發現發酵法則：把思考轉換成創意的過程就像材料加酵素雞尾酒法則：將各種訊息想法整合成一種創見比喻法則：用各種譬喻法豐富初始的idea組合法則：打破規則重新洗牌找出新方案類推法則：從空間推到時間，套用比例式尋求創意製造變化法則：透過借用產生變化來完成創意交換法則：用主客易位、部分更換方式產生創意

<<這樣思考，才會有創意>>

作者簡介

外山滋比古 御茶水女子大學榮譽教授。

日本知名英國文學家、語言學家、隨筆作家。

一九二三年出生。

東京文理科大學（今筑波大學）英文系畢業，以論文《修辭的後像》獲得文學博士學位。

曾任《英語青年》總編輯，亦曾任教於東京教育大學、御茶水女子大學。

專攻英語文學，並持續在編輯、思考、日文理論等範疇一展長才。

著作豐富，本本暢銷，重要作品有《思考整理學》（台灣譯為《這樣思考，人生就不一樣》）、《閱讀整理學》、《知性創造的訣竅》、《Life Work思想》、《遺忘整理學》等。

译者簡介 歐凱寧 曾任職日文專利事務所。

喜愛影片創作、翻譯工作和生活中的一切創意新鮮事物，專研中世紀武器，現為專職譯者。

<<這樣思考，才會有創意>>

書籍目錄

目錄前言：將創意實體化的「頭腦」I創意的基礎1.什麼是創意？

發明和發現大不同 / 沒有創意就沒有發明與發現 / 創意和發想一樣嗎？

2.從想開始 為什麼學校不教創意？

/ 創意能量與頭腦好壞沒絕對關係 / 數學強創造力應該也很厲害？

/ 擁有大量知識有害創意思考3.用心去想用心想和普通想的差別 / 用心與創意的關聯 / 方法不對，努力想也得出好點子 / 九十九分的用心，只有一分的靈感4.什麼是有價值的思考有認同才會有價值 /

日本人不習慣獨創 / 文化圈的創意先鋒：菊之寬5.「Want」會產生創意想出好點子的制式條件 / 百分

之一的偶然，九十九分的努力 / 想要創意必須通緝創意 / 經濟利益是刺激創意的強心劑6.創意與模仿

創意與模仿一線之隔 / 重視智慧財產權才有優秀的創意 / 天下沒有免費的創意7.什麼是專業創意、業

餘創意沒有具體目標也能想出創意 / 職業創意人VS業餘創意人 / 用業餘的心情進行創意練習8.隨時隨

地皆有創意 創意潛藏在意想不到的地方 / 創意練習題：命名 / 穿搭也是一種創意9.幽默、玩笑與創意

創意讓幽默更有趣 / 玩笑+創意 / 諷刺是創意10.創意會挑地方 創意喜歡在哪裡出現 / 陌生的環境比較

容易有創意 / 集體思考 > 獨立思考 / 用現在式找創意II創意產生法1.生於何時，生於何處走路、睡覺的

時候 / 做其他事情的時候 / 不要從正面進攻2.有靈感就做筆記一旦放手就再也回不來 / 養成不斷做筆

記的習慣筆記需要回顧與整理3.想得創意，必先忘記腦袋不清乾淨，創意不會來 / 睡覺是最有效的腦

袋大掃除 / 定期與朋友跨界交流 / 學習遺忘4.創意，「就像休息」胡思亂想勝過辛勤蒐集 / 小心借用的

誘惑 / 唸到一半就放棄 / 思考到一個程度就休息5.創意在錯誤中產生三分人事七分天 / 錯誤具有創

造性 / 保持謙虛，懷疑常識III創意製造法1.腦力激盪法則透過跨界交流產生創意 / 在自由尊重的氛圍

下發想 / 聆聽讚美可以激發想像力2.延長線與慣性法則思考「往後的未來」 / 利用物理慣性讓思考持

續3.意外發現法則意外發現背後的故事 / 從無關的周遭獲得新發現4.發酵法則找創意就像釀酒 / 不連續

的連續原理 / 成熟需要時間 / 混合調配也需要創意5.雞尾酒法則短時間內產生創意 / 整合素材重新調

製 / 高超的混合贏過低劣的原創6.比喻法則比喻就是一種創意 / 明喻、暗喻、換喻、提喻、諷喻7.組合法

法則以觸媒法掌握創意 / 不受常識、邏輯所限制8.類推法則把空間推到時間 / 套用比例式9.製造變化法

則以既有的創意為背景 / 狸貓換太子 / 「本歌取」作曲法 / 變化是創意的寶庫10.交換法則主客易位能

創造全新世界 / 用部分更換帶來新意後記：為何需要創意與用心

<<這樣思考，才會有創意>>

章节摘录

想得創意，必先忘記 腦袋不清乾淨，創意不會來 大部分的人其實都害怕自己健忘。因為健忘通常代表腦袋不好，讓人自卑；而且學習又是以記憶取勝，忘掉了就輸定了，沒得談了。

但這不過是腦袋的被動用途。

吸收知識以後如果忘記就很可惜，所以記得住才有價值。

腦袋裝的東西越多越好，因為腦袋是知識的倉庫。

但是要用大腦思考新事物的時候，狀況就完全相反。

如果腦袋塞滿各式各樣的東西，想思考也轉不動。

與其說想，不如說是忙著從倉庫裡搜尋有用的知識罷了。

整理自己塞得滿滿的腦袋，讓腦袋變得清爽，其實需要很大的勇氣。

因為要把好不容易得到的東西丟掉，總是會捨不得。

但如果是健忘，就省了這些煩惱。

健忘的人會一直整理腦袋，一直忘記不必要的，甚至偶爾忘記必要的事情。

所以腦袋總是清爽又寬敞。

健忘人的腦袋不會被記憶妨礙，可以自由活動；健忘人有最靈活的思考；所以健忘腦是好的創意腦。

記住一件事情很難，要故意忘掉一件事情更難。

因為要忘記自己辛苦學到的東西，還要同時捨棄那份學習的辛苦，一般人一定捨不得。

然而要思考創新，腦袋一定要會忘記，忘得乾乾淨淨。

忘記是創意的必要準備。

睡覺是最有效的腦袋大掃除 最古老的忘記方式，就是大口喝酒，忘掉不愉快。

沒錯，酒精確實可以沖掉短期記憶。

但這就像地毯式轟炸，僅留一片焦土。

腦袋只是拒絕工作，進入茫然狀態而已。

自古以來大家也都知道，吃點東西可以消除疲勞。

例如下午茶，點心時間。

但事實上還有最自然的遺忘法。

人類必須不斷清理自己的腦袋，但其實我們不必特別費工夫去做這件事；因為我們不需要刻意做些什麼，身體自動就會清理大腦。

這是神的真理，人類每天自然而然就會定期清理大腦。

這奧秘就在於睡眠。

一般人認為睡眠的功能是修補身體，但很少人發現，其實睡眠也能清掃大腦。

人類在一夜之中，會經歷很多次的REM睡眠（快速眼動期睡眠）。

這時候大腦會分類白天蒐集到的資訊，清除垃圾，打掃乾淨。

這是一種自然的忘記，只要腦袋清乾淨，隔天早上就會神清氣爽。

如果失眠，或是REM睡眠受到打擾，隔天腦袋就會昏昏沉沉。

創意專門拜訪這種清潔乾淨的大腦，似乎也非常合理。

至少剛睡醒的時候，比晚上睡覺前更有創意。

日本人以「朝飯前」來形容輕鬆簡單的事，便暗指早上工作效率特別高。

早上的腦袋就算不特別思考也會很聰明。

請珍惜每一個早晨。

夜是平安夜，晨是創意晨。

定期與朋友跨界交流 人不是只有睡覺的時候才能忘我，比方說跟意氣相投的人聊天，大

腦也會快樂得跳起舞來。

但是聊天對象太親近，比方說家人，卻又不是那麼適當——畢竟，沒什麼發明來自於家庭聚餐、談心的溫暖時光吧。

但找個不熟的人又不太妙，比方說同業、同事，交談中會受到競爭意識與警戒心的妨礙，而不利於思

<<這樣思考，才會有創意>>

考。

同事之間的談話通常沒有建設性，只是殺時間的閒聊，八卦、怨天尤人之類。

跟農家交流就是個不錯的選擇。

近年來，跨業界、跨學術界的交流研究正開始流行，交流內容非常單純，生活領域不同的人互相交談，就能產生許多創意。

但如果每天都見面聊天，就太無聊了。

最好是定期，但又有適當間隔地見面，然後輕鬆談談自己想到的事情。

這樣才能刺激彼此，挖出創意的線索。

我認為像扶輪社這樣，每個地區由一位不同職業的人集結成團體，是非常了不起的智慧。

如果團體裡有兩個以上的同行，心底總是不自覺顧慮起來，無法盡情發揮，這一來就無聊了。

能夠一開始在體制上排除這一點，真是洞察先機啊。

當我們發現聽眾不清楚自己在做些什麼，就會產生一股莫名的自信。

好像在自己的領域裡當上了「大頭目」一樣，心情會變得輕鬆，然後高昂，開始說些平常想不到的事情，腦袋快得自己都不敢相信。

這真是無比創新，無比愉快。

學習遺忘 思考新的事情。

對新的事情用心。

這些動作都要耗費心力，想個不停，想到腦袋都緊張起來。

但是頭腦緊張的時候，通常沒什麼好點子。

還是要休息一下比較好。

頭腦過熱就不妙了，需要冷卻一下。

長時間的緊張狀態會讓頭腦過熱，所以最好讓頭腦「透透氣」「睡個覺」。

創意會拋棄太勤勞的頭腦喔。

緊繃，然後鬆弛。

此時運氣一來，就會碰到意想不到的創意。

當然也要有心理準備，不是放鬆就一定有好創意。

畢竟思考打不準，創意又很會跑，所以要亂槍打鳥。

別想什麼百步穿楊的好事。

反正射多了總會打中，就不斷嘗試下去吧。

需要某些創意的時候，最好在緊繃的思考之後安排鬆弛時間，雖然不一定會成功，但可以消除心中的急迫，好整以暇，創意才會來拜訪。

早上的時間最好。

就算不是早上，剛睡飽醒來的時間也不少。

腦袋浮現新創意的時機通常不是工作中，而是娛樂中。

雖然不是百分之百，但機率確實較高。

在各種鬆弛之中，遺忘特別能夠提升創造性。

千萬別害怕遺忘。

<<這樣思考，才會有創意>>

编辑推荐

暢銷書《這樣思考，人生就不一樣》作者最新力作 東大生、京大生上完思考整理術，接著修創意思考課 10個認知X5項要訣X10條法則，讓你用對方法思考，想出好點子！

<<這樣思考，才會有創意>>

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>