



全創意 捷進技巧

使腦力大放送的創意量產法

- ◎ 以通俗易懂的問題意識點破腦筋迷障
- ◎ 把無限個不可能變為可能、可見的事實
- ◎ 擺脫常態性的思考，提昇積極的創意力
- ◎ 幫助你在群英中早日脫穎而出的創意技巧



高橋 浩 / 著
馬 玉 菁 / 譯



在競爭激烈的現代社會，爲使自己能在群
英中脫穎而出，除了要有積極的行動力外，尚
需具備高人一等的創意。擺脫常態性的思考，
把無限個不可能轉變成可能、可見的事實。

本書以實用性爲基礎，提供精簡易懂的問
題意識，點破腦筋的迷障；以許多相關的問題
和資訊所累積的內容，引導讀者尋找創意的礦
脈。當你看完本書，你會發覺生活中創意的素
材原來俯拾皆是。只要活用它，創意力就能源
源不斷地從腦中爆發出來！

ISBN 957-529-245-6



9 789575 292454

NT.140 00917401

張開創意的翅膀
飛向成功的天外天！

全創意捷進技巧

高橋 浩 / 著
馬 玉 菁 / 譯



前言

不久之前，有位OL（Office Lady）小姐專程來訪，意味深長地說：「很早以前我就渴望調到企劃部工作。企劃部門，考慮的當然是產品銷售事宜，我應該怎麼做、怎麼思考才好呢？過去的工作有手冊，照著辦理就行，現在卻難辦了。」的確，對於企劃、創意開發及思考來說，可不像例行事務性工作那樣有手冊可供參考。

在學校裏，人們沒有學過「開發創意」思考的方法。進入企業界以後，雖然強調動動腦筋，但又很少有人能具體地教授怎樣去啟動腦筋，難怪令人頭痛了。

九〇年代是一個被稱之為「產品」加「智慧」的時代，如本文所述，要在產品上增加多少附加的軟體價值呢？須添加多少社會所需的創意思考呢？這一問題已成為產業盛衰的關鍵。

今後，不僅對於企劃和研發部門，對於任何職業和任何崗位的人，都不容置疑地要求具備創意開發思考能力。可以說，今後的企業界用人方面將從要求「勤奮」而轉

為要求「創意思考」的新的水力開發觀念。而且有無創造能力，將決定興辦事業的成敗與否。

因此，各企劃和研發部門的負責人，為了滿足營業部門和生產現場從事「創意」工作的人們的要求，早就試著朝向開發創意思考的方法，來更新他們的人力素質。

本書堅持從實用出發。對飢腸轆轆的人講解營養學，好似畫餅充飢，沒有任何意義，不如給一小把米來得實惠。基於這一點，筆者根據自己的經驗，儘可能地濃縮理論部分，和盤托出具體而又通俗易懂的方法。

創意思考是身心的綜合分工，單憑記住方法還是不行。不僅要具有「問題意識」，還必須累積資訊，而尤為重要的是身心健康、鬥志昂揚！

為此，書中除了以大量篇幅，闡述開發創意思考的方法外，還增加了不少有關問題和資訊累積的內容。這是提高創意能力的基礎。

如本書能對提高創造能力和開創性思考能力彰顯一點功能，則將感到不勝榮幸。

作者簡介

高橋浩（一九二五年生）現任日本現代能力開發研究所所長，曾任NHK中央研究所教授。多年來，他舉辦過「開發創意」、「開發創意思考的方法」、「解決問題」、「人際關係」、「領導能力」等講座。

高橋浩先生著作繁富，有《思考術一〇一種》、《頭腦健康法》、《創意思考的新開發》等，共約四十餘種。

他揭開了人類右腦潛能之謎，並以大腦健康操方面的開發聞名於世。

目錄

前言 3

第一章 開創性思考的開發基礎

- | | | |
|---|------------------|----|
| 1 | 面對創意能力競爭的時代 | 16 |
| 2 | 從大腦結構體認無限的創意潛能 | 19 |
| 3 | 創意潛能開發的基本思考訓練(一) | 21 |
| 4 | 創意潛能開發的基本思考訓練(二) | 23 |
| 5 | 創意發酵成形的四個階段 | 25 |
| 6 | 創意來自分析和直覺的交感 | 27 |
| 7 | 喚醒潛藏大腦中的經驗和資訊 | 29 |

第二章 如何辨識創意寶藏的礦脈

- 1 問題意識是創意開發的礦泉 32
- 2 動腦如需絞盡腦汁就難有好創意 34
- 3 創意偏愛有企圖心和專注力的人 36
- 4 轉回原點再起步的創意開發法 38
- 5 做一個樂觀而有信心的採礦人 40
- 6 搜索枯腸滿足好奇心而後止 52
- 7 不要自囚於既定的觀念牢籠中 44
- 8 既勇於懷疑也敢於否定 46
- 9 從新角度看舊事物以發現新天地 48
- 10 從不同的事業領域導入新境界 50

第三章 有助創意潛能開發的頭腦體操

- 1 破除常規桎梏・多向思考 54

第四章 創意喜與勤快的人結緣

- | | | |
|----|-----------------|----|
| 2 | 明心見性直指問題核心 | 56 |
| 3 | 每天定時為頭腦上發條 | 58 |
| 4 | 為想像力加裝一組風火輪 | 60 |
| 5 | 注意力集中能獵獲靈感 | 62 |
| 6 | 練就敏銳的感知力 | 65 |
| 7 | 迂迴思考·絕處逢生 | 67 |
| 8 | 隨身攜帶筆記捕捉靈感 | 69 |
| 9 | 創意來自資訊的不斷累積和整理 | 71 |
| 10 | 從生活中瑣屑的小創意起步 | 73 |
| 1 | 偉大的創意出自不斷的小創意中 | 76 |
| 2 | 苦思冥想不如邊寫邊想 | 78 |
| 3 | 創意工作坊中動手動腳為創意催生 | 80 |
| 4 | 在與人交談中閃現的靈光 | 82 |

第五章 創意的量產法

- | | | | | | |
|---|---------------|-----|---|---------------|----|
| 1 | 把資料套件化予以重新組合法 | 94 | 5 | 勤記偶然和不可思議的發現 | 84 |
| 2 | 產品功能的複合和套件替代法 | 96 | 6 | 創意需經琢磨和潤飾始成事功 | 86 |
| 3 | 乾坤倒置・反向思考法 | 98 | 7 | 思考陷入困境時必需解套 | 88 |
| 4 | 功能附加法 | 100 | 8 | 把難題拆散後再思考 | 90 |
| 5 | 放大縮小的尺度改變法 | 102 | | | |
| 6 | 創意檢核表的運用法 | 104 | | | |
| 7 | 雞蛋裏挑骨頭的激將法 | 107 | | | |
| 8 | 設計對立和衝突陷阱的獵捕法 | 111 | | | |
| 9 | 時空錯置法 | 113 | | | |

第六章 創意媒體的掌握和運作

- 10 強制相關連接法 115

第七章 讓想像力在太虛中馳騁

- | | | |
|---|-----------------|-----|
| 1 | 從各種原料工業領悟物性法則 | 120 |
| 2 | 從閱讀文字媒體的事件中啓迪 | 122 |
| 3 | 從大自然的生息變化中再啓蒙 | 124 |
| 4 | 在童話和漫畫中跨越思維困境 | 126 |
| 5 | 從不同質性事物的類比思考中換血 | 128 |
| 6 | 從同機能事物的類比思考中頓悟 | 130 |
| 7 | 切換高功率類比機能入替 | 133 |
| 8 | 多類比媒體的要素抽離和複合 | 136 |
| 1 | 從科學史來看夢是可以實現的 | 140 |
| 2 | 創意不怕打高空只怕有心人 | 143 |

第八章 創意素材的透析和篩選

- | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---------|-------------|-----------------|-------------|----------------|--------------|----------------|-----------|-------------|--------------|-------------|-------------|
| 3 | 2 | 1 | 12 | 11 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 |
| 創意素材OCU三級篩選法 | KJ資料編輯法 | 爲創意素材建卡以利透析 | 以深層催眠促成人格轉換引出創意 | 冥想法與催眠術各有所長 | 利用冥想法提高專注力和幻想力 | 利用催眠術打開潛意識之門 | 如何捕捉電光般一閃即逝的創意 | 如何落實創意的效用 | 腦力激盪法刺激羣體潛能 | 焦點式多向聯想的運作方式 | 聯想力像記憶的雷達網路 | 您找人作白日夢我請喝酒 |
| 180 | 175 | 172 | 168 | 166 | 164 | 162 | 159 | 155 | 152 | 149 | 147 | 145 |

第九章 改變視野和觀點尋求創意

- | | | |
|---|---------------|-----|
| 4 | 單一命題的TCT邏輯透析法 | 185 |
| 5 | 創意素材的再整合法 | 188 |
| 6 | 顯微透析除障法 | 190 |
| 7 | 阿里茲的透視除障法 | 193 |
| 8 | 圖表解析法 | 196 |
| 9 | 問題與決策分析的製表思考法 | 199 |
| 1 | 改變視野和全方位的景觀 | 204 |
| 2 | 嘗試改變眼前所見物體之結構 | 206 |
| 3 | 自漩渦脫困回溯問題根源 | 208 |
| 4 | 康頓的詭秘創意玄機 | 210 |
| 5 | 因果倒置的乖違思考法 | 212 |
| 6 | 逆向思考法 | 215 |
| 7 | 常態與逆向要素複合思考法 | 217 |

第十章 創意潛能的再開發

8 破壞重整法 222

- 1 強化集中力有助深度思考 226
- 2 洞察力訓練(一)運用纖細敏銳的感知力 230
- 3 洞察力訓練(二)培養高度的探索興味 232
- 4 想像力的強化法 235
- 5 在鬧區遊走或逛玩具城活絡思路 239
- 6 以小發明鼓舞創意能力 241
- 7 培養積極力以自我改造提升創造力 243
- 8 不放棄探索新奇事物的機會 245
- 9 遍訪名師竊取不可言傳的知識 247
- 10 日日耕耘・自強不息(代後記) 249

第一章

開創性思考的開發基礎