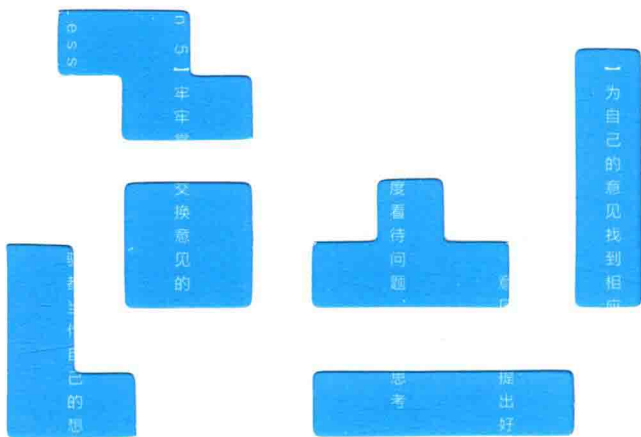


后浪

世界のエリートが学んできた
「自分で考える力」の授業



哈佛的6堂 独立思考课

精英们都在学的自我意见建立法

[日] 狩野未希 —— 著

陈娴若 —— 译



江西人民出版社
Jiangxi People's Publishing House
全国百佳出版社

后浪

小学堂 026

哈佛的 6 堂 独立思考课

精英们都在学的自我意见建立法

[日] 狩野未希 —— 著

陈娴若 —— 译

 江西人民出版社
Jiangxi People's Publishing House
全国百佳出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

哈佛的6堂独立思考课 / (日) 狩野未希著 ; 陈娴若译. — 南昌 : 江西人民出版社, 2016.12 (2017.4重印)

ISBN 978-7-210-07489-2

I . ①哈… II . ①狩… ②陈… III . ①思维方法

IV . ①B804

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第308549号

SEKAI NO ELITE GA MANANDEKITA “JIBUN DE KANGAERU CHIKARA” NO JUGYOU

by Miki Kano, Illustrated by Tomoko Ishikawa

Copyright © 2013 Miki Kano

All rights reserved

Original Japanese edition published by Nippon Jitsugyo Publishing Co., Ltd.

Simplified Chinese translation copyright © 2017 by Ginkgo(Beijing) Book Co., Ltd. Industry.

This Simplified Chinese edition published by arranged with Nippon Jitsugyo Publishing Co., Ltd., Tokyo, through HonnoKizuna, Inc., Tokyo, and BARDON-CHINESE Media Agency

版权登记号: 14-2016-0341

哈佛的6堂独立思考课

著: [日] 狩野未希 译者: 陈娴若 责任编辑: 王华 钱浩

出版发行: 江西人民出版社 印刷: 北京京都六环印刷厂

889毫米 × 1194毫米 1/32 6印张 字数 114千字

2017年4月第1版 2017年4月第2次印刷

ISBN 978-7-210-07489-2

定价: 36.00元

赣版权登字-01-2016-923

后浪出版咨询(北京)有限责任公司常年法律顾问: 北京大成律师事务所
周天晖 copyright@hinabook.com

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究

如有质量问题, 请寄回印厂调换。联系电话: 010-64010019

序

“你问我该怎么做？这种事你得自己想啊。”

“你说的我都懂，可是你说的话一点说服力也没有。”

“棋差一着啊。你事前仔细考虑过了吗？”

这些话，你是否感到似曾相识呢？面对某个议题，能提出自己独特的观点；想出崭新的方案，应对意外事态发生，让自己的意见具有说服力。若不能“认真思考”，就没办法达到上述的要求。但是，“认真思考”，也就是“彻底思考”，该怎么做呢？用什么样的流程来思考一件事，才叫作“彻底思考”呢？

答案就在本书中。在日本接受教育的人不懂如何彻底思考的技巧。因为，日本学校的教育重心是“标准答案主义”，几乎不会教导学生尊重每个人的“答案”或“意见”。

写作、数学、物理、化学、社会，还有英语，这些在学校里老师都会教我们，但不知为什么却没有教我们如何提出自己的意见，或是对没有标准答案的问题提出自己的答案。但是，毕业之后，社会却要求我们具备“用自己大脑思考的能力”，但我们从前几乎没有训练过这种能力，这不是很过分吗？

另一方面，我们把眼光转向在国际上获得成功的人们，他们每个人都有自己明确的意见，也学习了彻底思考的技巧。这是他们所接受的教育缘故。很多被称为精英的人都在美国或欧洲的优秀学府学习过，他们在那里学到的就是如何“彻底思考”。

美国的高中，从二十几年前就已将本书中所介绍的批判性思考（critical thinking）带入了课堂。

批判性思考，简而言之，就是“扎实并独立的思考方法”。批判性思考并不是自以为是，而是为了提出全面的“独立答案”或“意见”所必须具备的技巧。在一些英美国家，从小学就教授这种技巧了。

本书将以欧美学校中的教学方法为辅助，将日本学校没教过的“彻底思考能力”用简单易学的方法传授给成年人尤其是商务人士。我将会以美国哈佛大学提倡的“思考诀窍”及批判性思考为主干，根据个人经验整理成思考方法。读过本书之后，你便能了解如何思

考一件事的实践过程。

我在大学教授“彻底思考能力”将近 20 年，深深感觉欧美国
家尤其是美国“彻底思考”的教学成果卓著。在国际舞台上活跃
的人士都在年轻时期学过这项技巧，并把它当作武器。因而，我也盼
望有更多商务人士能掌握这项能力。

狩野未希

建立自我意见的“思考顺序”表

Step 1 深入理解

(深入理解的4个步骤)

- 检查自己能否理解。
 - 不能理解的是什么，列举出来。
 - 为了消除“不能理解的部分”，尝试思考有效的提问。
 - 养成实际提问的习惯。
- *注意：明确事实或意见。



Step 2 扩展观点

- 站在他人的角度思考。
- 使用一人辩证法等。



Step 3 从未来思考有现实性的行为

- 提前思考“如果某件事成为现实，会发生什么事”的情况。
- 思考发展顺利与不顺利的状况，以及有没有可以预先准备的事。
- 思考该行动是否可能实现。
- 思考该行动有没有必要在现在实施。
- 从必然性重新审视行动。
- 以“完全根据清单”整理思绪。
- 重新审视过于理所当然的凭据。
- 有没有隐藏的前提。
- 思考真正的目的。



Step 4 形成“意见”

- 对自己的意见要有自信。
- “持有意见者”应该注意的事。



Step 5 把批评、反驳都当作自己的想法，推敲意见

- 温和地讨论，了解规则

目 录

序……1

Lesson

1

建立“自我意见”

——为什么我们不擅长应对“突发状况”

建立自我意见的课……2

哈佛大学提倡的“自我意见建立法”……4

应对突发状况，重点在于“先思考再行动”……6

逃避“理解”的日本人……8

“最不想听到上司对我说的话”的第一名？……8

打破砂锅问到底的英语文化……9

什么是“批判性思考”？

——有“根据”的说话规则……11

用批判性思考决定是否留学……12

铃木小姐说的“A大学是很好的大学”作为根据，正确吗？……13

增加观点，思考“相反的意见”……13

并非“依靠直觉”思考，就能对自己产生信心……15

有“根据”的意见具有说服力……17

“思考根据”的练习……19

Exercise 1 初级篇 向自己提问，思考根据……19

Exercise 2 中级篇 一边做比较，一边自问为什么选择它……21

Exercise 3 高级篇 在商务场合思考根据……22

深入理解

——思考不要停留在“可能是事实”之前

不要“自以为理解”的课……26

“自以为懂”并不能产生好意见……28

“不懂装懂”会失去别人的信任……29

深入理解的4个步骤……30

检验是否“真正理解”的7个方法……31

Tip 1 用对5岁小孩的方式说明……31

Tip 2 深入挖掘专业用语……33

Tip 3 翻译成英文……33

Tip 4 使用“理解程度检查表”……34

Tip 5 用5W1H反驳……36

Tip 6 用“信号灯色的记号笔”帮助思考……38

诚实地画线……39

正确理解，就不会草率做判断……41

Tip 7 临时被人征求意见时，提出“好问题”……41

提出“好问题”的12项原则……42

“尖锐的问题”才是接近事物本质的快捷方式……46

深入理解前应该注意的事

——是“事实”，还是“意见”？……48

“听说毛利小姐要结婚所以辞职了”，是意见还是事实？……49

面对“可能是事实的事”，不要停止思考……51

增强“提问力”的练习……53

以“提出‘好问题’的12项原则”为基础试着提问……53

从多种角度看待问题，深入思考

用“和自己不同的观点”思考的课……56

会不会变成自以为是观点的？

——让观点相互对抗，让“思考”更加深入……58

让思考更有深度的 4 个技巧……60

Tip 1 站在“不可忽视者”的角度来思考……61

Tip 2 用崭新的观点，获得不同角度的看法……65

用讽刺漫画家的“刁钻”观点思考女性求职……66

用人类学者的角度，找出容易忽略的重点……67

Tip 3 一人辩证法……69

Tip 4 通过“反驳清单”重新审视意见……72

重视能把你推向事实的反驳……73

用反驳来深化“自我意见”……76

该数据可相信吗？……77

在“正确答案不止一个”的案例中使用一人辩证法……79

“意外”状况该如何判断？

——思考突发状况……83

二选一的“意外”……83

上司换成外国人——大方向明确的“意外”……84

Tip “单人头脑风暴”……85

用“单人头脑风暴”，想出在台风天接待客人的方法……86

想创意的方法……88

习惯一人辩证法的练习……89

预测将会发生的事，决定现在应采取的行动

“如果真的发生，会怎么样”预测未来的课……92

若是发生在现实中会怎么样？

——预测未来，决定“现在”该采取的行动……94

描绘未来情节，获取现实的观点……95

美好的根据也有陷阱……96

“预测未来”的4个步骤……99

从必要性重新审视行动……103

用“完全根据清单”整理思绪——再次思考“音像商品企划方案”
的根据……105

重新审视过于理所当然的“根据”……108

有没有隐藏的前提？

——寻找“好像不太吻合”的原因！……110

将“根据与结论”做成图示，来识破隐藏的前提……111

无法解释的部分包含“隐藏的前提”……112

检讨赞成根据的“隐藏的前提”……114

用对孩子说明的姿态来思考，就能看到“前提”……117

重新把焦点放在“音像商品企划”上……118

一张A4纸就能做出更好决定的思考过程……121

欧美人“交换意见”的规则

学会“批评·反驳”的课……128

了解被反驳时的规则

——为了让“意见”更有创新性……130

根植于英语文化的“意见冲突时的规则”……131

TED的“同行评审”……132

向欧美人士学习“交换意见”的规则……134

“说出”意见时的规则……134

被反驳时应该留意的规则……142

想象对方的背景，就能把“意见和发言者”分开……143

回应反驳的规则……146

对意见“负起责任”……153

彻底思考过才更要有自信……154

练习“冷静”……155

Last

Lesson

发现“问题”是“思考”的开始

建立自我意见的课……160

模糊不清的情绪中，藏着真正的想法……161

藏在“有些在意”中的东西……163

有疑问，就要直视它……163

掌握“情绪的本质、根据”，认识重要的事……164

“任性”的重要……165

不要让“某种感觉”溜走……168

后 记……171

出版后记……175

Lesson

1

建立『自我意见』

为什么我们不擅长应对『突发状况』

老 师：“大家觉得领袖是什么样的人？”

学 生：“伟大的人！”“有人望的人！”“聪明的人！”

老 师：“归根究底，为什么我们需要领袖？”

学 生：“因为如果没有领袖的话，大家就像一盘散沙。”

老 师：“那么，为了不让大家变成一盘散沙，领袖必须做些什么？”

学 生：“把大家团结起来！”

老 师：“怎么团结？”

学 生：“用头脑？”



学 生：“有些领袖会用蛮力来约束大家。”

老 师：“那把你们所了解的领袖形象写出来。”

老 师：“你们对领袖有什么不清楚、想要了解的地方，或是觉得有疑问的地方吗？”

学 生：“怎么样才能成为领袖？”

学 生：“以前就有领袖吗？”

学 生：“坏领袖从一开始就是坏人吗？”

老 师：“大家把对领袖的疑问全都列出来。我们一起讨论，解决疑问。”

老 师：“关于领袖，我想就已知的部分，问大家一些问题。理想的领袖是什么样的人？”

学 生：“能认真考虑每个人。因为历史上有太多不把人当人看待而失败的领袖。”

学 生：“我不这么认为。因为，如果要设身处地考虑每一个人，恐怕什么事也做不成。我觉得自己决定大方向，并且态度坚定的人才是理想的领袖。”

» 哈佛大学提倡的“自我意见建立法”

前文中的“某教室中的对话”，是模拟欧美小学课堂上的情景，应该有不少人会觉得“跟日本不一样”。

这是必然的反应。因为这种欧美式的教学方法，出色地指导了学生在普通日本学校中不会教的“某件事”。

那件事就是“建立自我意见的方法”，也就是彻底思考的基础。

在前文的授课中，孩子们是这样做的：①检查自己对于领袖的了解程度；②查找有关领袖的疑问和想知道的事；③各自发表关于“理想的领袖形象”的意见。这三个步骤正是“自我意见建立法”的三步骤（美国哈佛大学教学计划也倡导这三个步骤）。