

# 斯坦福大学

## 改变年轻人未来的一堂课

黄菁嫒 黄稚晏 李亭仪 施欣妤◎著



北京日报报业集团

同心出版社

# 斯坦福大学

## 改变年轻人未来的一堂课

黄菁嫩 黄稚晏 李亭仪 施欣妤◎著



NLIC2970920268

北京日报报业集团

同心出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

斯坦福大学改变年轻人未来的一堂课 / 黄菁嫩等著

— 北京 : 同心出版社, 2013.5

ISBN 978-7-5477-0878-1

I. ①斯… II. ①黄… III. ①职业选择—通俗读物

IV. ①C913.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 091513 号

版权登记号 01-2013-4265

本书由皇冠文化集团授权

本书限于中国大陆地区发行, 不得销售至包括港、澳等任何海外地区

斯坦福大学改变年轻人未来的一堂课

---

出 版: 同心出版社  
地 址: 北京市东城区东单三条 8-16 号 东方广场东配楼四层  
邮 编: 100005  
电 话: 发行部: (010) 65255876  
总编室: (010) 65252135-8043  
网 址: [www.beijingtongxin.com](http://www.beijingtongxin.com)  
印 刷: 三河市杨庄长鸣印刷装订厂  
经 销: 各地新华书店  
版 次: 2013 年 7 月第 1 版  
2013 年 7 月第 1 次印刷  
开 本: 880 毫米 × 1230 毫米 1/32  
印 张: 6.5  
字 数: 190 千字  
印 数: 12000  
定 价: 28.80 元

---

同心版图书, 版权所有, 侵权必究, 未经许可, 不得转载

面对生活、学习和教育时，本书提供给大家一个全然不同且令人兴奋的选择！

——美国斯坦福大学设计学院首席研究员 / Adam Royalty

四位年轻的社会新人，对未来充满梦想，以“设计思考”的技巧一步步接近目标，令人赞赏，也引人发想，相信本书一定能激发你对前途的热情与信心！

——台湾实验研究院院长 / 陈良基

只有技术的公司，总有一天会和技术一起走入历史。技术加上“设计思考”才能创造更高的价值。

——台湾大学副校长 / 汤明哲

四位作者对于“设计思考”的热情，以及对于斯坦福大学设计学院的方法论的十足掌握与灵活运用，不仅让我留下深刻的印象，更是让我非常感动。

“设计思考”提供给我们能够系统性解决问题的方式，对于正在快速成长、进化的台湾社会来说，是一个值得参考的观点，尤其在产业与政府的创新当中，更是具有发挥的空间。她们深入挖掘“设计思考”的本质，进而致力于其在台湾的推广。她们精彩的叙述会让你不断翻页，停都停不下来！

——美国斯坦福大学在台校友会会长 / 萧子凯

# 目录

## 推荐序

- 全然不同，而又令人兴奋的选择！ 01  
(斯坦福设计学院首席研究员 / Adam Royalty)
- 她们自身就是“创意自信”的最佳实践！ 05  
(Nordstrom 创意实验室设计策略与发想导师 / Ben Grossman-Kahn)
- 这会是很棒的“设计思考”初体验！ 09  
(斯坦福设计学院首席说故事家 / Caroline O' Connor)
- 从九千美元的一堂课，到一场推动台湾创新革命的实验！ 13  
(李长荣集团董事长 / 李谋伟)
- 无怨的青春 15  
(政治大学公企中心创立方创办人 / 邱于芸)
- 从书本的学习到现实生活中的创意 17  
(台湾大学工商管理学系特聘教授 / 郭瑞祥)
- 更多热情、更多勇气！ 19  
(台湾大学学务长 / 冯燕)
- “设计思考”扩大设计整合的领域 20  
(Nova Design 浩汉产品设计公司总经理 / 黄国煌)
- 这是一本让我们找回做梦权利的好书！ 22  
(如果儿童剧团团长 / 赵自强)

不是只有设计师才需要思考

24

(“设计与思考”纪录片团队 / 缪思团队)

## 设计思考：解决问题的百宝箱

改变人生的设计思考	28
设计思考不只是把东西变漂亮	30
生活不需要设计，需要态度	31
一堂价值九千美金的课	33
设计思考初体验：学会从“人”出发	34
拨云见日，矛盾之处必有问题	37
天马行空的头脑风暴，没有“不可能”！	39
停止思考，动手去做！	41
让你的“创意自信”出来透个气吧！	42
人生就像减肥，该寻找自己的“最适解”	44

## 从“人”身上找灵感

“人”来“人”去的，到底在讲什么？	48
设计思考因为你而独特	50
别让有色眼镜挡住眼前的风景	52
把自己收起来，用好奇心看世界	53
换双眼睛就是全新的世界，世界的样貌由你决定！	54
第一步：知道自己有偏见	55
关掉大脑的解读功能，看见最初的世界	57
不要预设“你知道他想讲什么”的立场	59
以“他”为中心：世界不是围绕着“我”转	61
用对方的逻辑思考	63

避免纠正	64
转弯，用跳跃的问题挖出真实的答案	65
玩具也有妙用	67
TIP1 A-E-I-O-U 观察法：让你看到更多精彩！	70
TIP2 开放式问句：是非题再见！	72

## 遇到问题，别急着找到解决方案

人生面临的问题，多半不是选择题	76
“Need is a verb” 的魔力	78
用“动词”思考	79
常问自己：What？ Why？ How？	81
What？ Why？ How？ 帮助你把每一步想清楚	83
适合自己的就是最好的	85
当自己的面试官	88
TIP3 How Might We ( HMW ) statement	
——解决难题的好工具	90

## 掌握同理心，让你四海之内皆兄弟

认识世界最好的方式	94
一样米养千万种人，观看他人精彩的人生经验	95
拿掉“价值观”的眼睛	98
让每个朋友都成为你的一面镜子	100

## 让创意大口呼吸

如何变得更有创意	106
可以没有创意，但你一定要有“创意自信”	108

每个人都有价值百万的点子	110
什么叫做创意自信	112
打开尘封已久的创意之门	114
分享你的点子与梦想	115
情绪，会帮助你作决定	117
衡量创意	119
如何取舍创意	120
让你由内而外变得更有创意的礼物之一	122
和不同星球的人做朋友，看到不同的世界	123
把自己推到悬崖边，便没有不可能	124
让你由内而外变得更有创意的礼物之二	125
运用“对，而且”的语法	127
延续自己的想法，变成生活智慧！	129
让你由内而外变得更有创意的礼物之三	131
科学研究：绘图让你更有创意	133

## 丢光了脸，答案就不远了

从小到大我们都害怕挨骂	136
感谢“成本控制家”	138
在粗糙和完美中取得平衡——速做和测试	140
速做与测试：具体化想法与得到回馈的过程	141
工作、爱情也可以试试水温	143
便利贴使用小贴士，让生活与设计思考都更便利	146
便利贴与设计思考完美结合	148
TIP4 速做与测试有三大主要目的	150



## 速度是一切，完成比完美好

站上台，你才是个“咖”	154
速度是一切，迅速创造体验、收集回馈	156
要坚持，也要懂得变通	158
坐而言不如起而行	160
完成比完美好	161

## 实现梦想的养分

坚持你所爱	164
找到一件自己真正喜欢做的事情，比读什么大学都重要	166
不要小看细节！它决定你能走多远	168
梦想家绝不孤单，别把梦想想得太难	170
勇敢是需要练习的	173
食之无味、弃之可惜的台大医学系	176

## 跳出选择题人生

追求梦想的四阶段	182
多少钱能买走你的梦想？	183
如果因为薪水而放弃自己的梦想，是很可惜的！	185
除了热情，更要耐着性子等待对的时机	188
别人羡慕你的工作不重要，重要的是你好吗？你快乐吗？	191
“七个为什么”找回初衷	194
创造自己的选项，跳出选择题人生	197

## 推荐序01

### 全然不同，而又令人兴奋的选择！

斯坦福设计学院首席研究员 / Adam Royalty

设计思考不只是一套方法论，它是一个唤起每个人心中潜睡的创意与创新能量的“运动”。设计思考在台湾的崛起特别强而有力，而由四位作者领军的台大不一样思考社在这个“设计思考运动”中扮演了非常关键的角色。她们不但累积可观的教学经验并自行开发创新工具，更是在工作与日常生活中充分发挥创新与创意的态度。这本书将带领你走上设计思考的道路，跟四位作者一起，让创新与创意不再只是技巧或工具，而成为一种面对生活的态度。

2011年的1月，身为斯坦福大学设计学院的首席研究员与讲师，我很幸运地能够在台北跟台大不一样思考社的干部一起举办一场为期两天的设计思考工作坊。工作坊的学员是台湾的大学生、教职员以及企业主管。第一天的课程内容是设计思考的基本流程与进阶技巧，第二天则是如何教别人设计思考，包含教材准备与教学技巧。在两天的过程中，不一样思考社的干部们显然对于设计思考方法论已经有了高度的掌握，我也从他们身上学到许多设计思考在台湾文化中的不同运作方式。能够因地制宜，把设计思考融合到不同文化背景是“设计思考运动”中很重要的一环，而台大不一样思考社的干部不论是在哪场工作坊或是经营社团的过程中，都展现出惊人的因地制宜的能力。

设计思考是一个非常草根性的运动，无法强压到别人身上，

更无法逼迫别人接受或认同。这套思想需要在不同领域中自然孕育、成长，进而达成跨领域相互影响。这几位领导者成功开拓设计思考的疆土，自他们初次学习设计思考后，不但在学校成立社团，更吸引了众多学生社员，一传十、十传百地推广这套方法论。这股由下而上的学习能量促使学校的老师持续注意并支持设计思考在校内的成长：同时，他们也持续参与设计思考于在地产业的推动。在这个过程中，他们对于设计思考如何针对不同的对象运用颇有一番心得，不论是学生、老师、企业人士或行政官员等等。作者通过这本书将这些学习与心得分享给大家，也因此无论你是谁身份，在阅读这本书的过程中都有所收获。

这本书对我来说最重要的是，四位作者为了让大家多一个面对自己、面对生活的选择，而冒了个险。社团干部们选择了非传统的道路，选择创新的工作方式，本书现在也提供给你这个选项。无论是创业、创新或是社会企业，现在有越来越多贡献社会或是个人成功的途径。与众不同的选择将带给你不同的可能性。然而，这些道路都需要愿意开拓、愿意探险的人。四位作者是我见过最勇敢的人之一，因为她们对抗着社会既有的庞大期待与压力。通过书中心路历程的分享，不仅让大家能够更容易做出类似的选择，更重要的是，帮助大家能够去发掘更多属于自己的新选项。

Design thinking is a growing movement that harnesses the creativity and innovation within all of us. Its rise in Taiwan is especially strong and the NTU design thinking club lead by the four authors of this book are a critical piece of the story. They have amassed great experience teaching and enacting many innovation techniques, but beyond that, they have a tremendous disposition

towards creativity and innovation in the way in which they work. Techniques develop dispositions, and this book is a fantastic way to explore that journey as the authors are far along this path.

In January of 2011, as the Lead Researcher and Lecturer at the Hasso Plattner Institute of Design at Stanford University ( d.School ) , I was fortunate enough to run a design thinking workshop with the NTU design thinking club and leadership team. We taught a two-day session in Taipei to Taiwanese university students, faculty, and business executives. Day 1 covered basic design thinking topics while day 2 focused on teaching and leading design thinking. It was evident that their command of design thinking principles was impressive. More importantly, I learned a lot from them about how this way of working connects with Taiwanese culture. The ability to adapt design thinking to different contexts underpins this movement. They demonstrated an amazing ability to adapt during that workshop throughout the history of the club.

Design thinking is much more of a grassroots movement; it is difficult to impose on others. Instead it needs to flourish naturally in different areas and draw inspiration across boundaries. After their first learning experience, these leaders did a fantastic job pressing forward with design thinking by creating a club in the university. From there, they galvanized a large student base, drawing in others. This student energy inspired the existing exploration of design thinking by university faculty, and in my opinion, applied the growth of it. Also they did a masterful job maintaining connections with design thinking

initiatives that existed within local industry. One of the things they' ve learned along the way is how design thinking works for students, teachers, people in business, administrators, and so on. The leanings that came from this work is what is shared in this book, making them applicable to a wide audience.

For me, the most important thing about the authors that pertains to the book is that they took a risk so that people could have a choice. The risk they took is to try a new way of working instead of following a purely traditional route. The choice they made to work in a creative way is an option that they are now presenting to you. New choices lead to new possibilities. There are an increasing number of possible ways to be successful and contribute to society, whether it is through entrepreneurship, social undertakings, innovation, or more. These possibilities need explorers, and I think these four are among the most courageous I' ve seen because they push against the massive pressure of the status quo. Through the learnings captured in this book, they are making it easier not only for others to follow in their footsteps but perhaps more importantly, helping others to explore their own set of new possibilities.

## 推荐序02

### 她们自身就是“创意自信”的最佳实践！

Nordstrom 创意实验室设计策略与发想导师 / Ben Grossman-Kahn

创意自信有着许多不同的意义，它可以是“相信风险与失败没有关系”，或者是“有自信去解决那些没有明显答案的混乱问题”。我的同事说创意自信是“在你还不知道答案是什么，甚至在你还不确定是否找得到答案以前，就有自信去探索一个想法，并且相信自己一定会找到一个出路”。这几年来，与我合作过的学生与客户当中，四位作者最彻底地落实了最后这个对于创意自信的定义。

她们在过去两年中和伙伴们致力于在台湾分享设计思考，并创造拥抱创意的文化。通过台大的工作坊、项目与活动，他们的热情感染了许多人，每次我重游台北，都被设计思考在台湾的成长速度所惊艳：学习了设计思考的学生、教授或企业主的数量，以及他们对于设计思考的热情！

2010年的9月，我与四位作者初次见面，不一样思考社的干部们清楚地展现了他们的热情与凡事好奇的本性。在这三天里，我们介绍了设计思考，也利用了一个为改善年长者生活经验的项目来让大家更熟悉设计思考。我们花了好几天在台北的街头奔波，在台大医院访问担任义工的长辈、YMCA（基督教青年会）的会员，还有泡茶聊天的老人。虽然这个项目最后并没有让任何人赢得任何奖项，每个人在这个项目背后所付出的心血与热忱着实让我得到许多启发。

离开台北回到加州之后，我持续地收到来自社员们的信件，

询问着关于设计思考各式各样的问题、分享他们对于设计思考的想法等等，而几个月之内，我很惊讶地发现在 Facebook 与网上已经有了台大不一样思考社的消息！2011 年 1 月我与几位斯坦福设计学院的同事重回台湾的时候，我们更是惊讶地发现，台大不一样思考社已聚集了上百名学生、教授，以及企业界的老板们，举办了一个“训练设计思考教练”工作坊。这一次他们问我的问题更为成熟，而且也很明显地在工作坊里展现出他们不只具备了教设计思考的能力，更是设计思考的实践者。

我很开心地看到四位作者通过本书，以及她们在学校与社会上所造成的影响力，还有她们在台湾散播创意自信的乐观态度与热情，这正是世界所需要的。当一个国家不知该怎么在“创意经济”的时代中找到自己的定位与机会时，下个时代的人才必须要懂得如何运用自己的能力，用从失败中学习的态度以及创意自信，去解决那些模棱两可又很巨大的问题。她们正领导着大家往这条路上前进。

Creative confidence can mean many things. It can mean believing that it is ok to take risks and to fail, or it can be the confidence to tackle messy problems that lack a clear solution. One of my colleagues says that creative confidence means having the confidence to explore an idea without knowing what the solution will look like, or even knowing whether you will find a solution, but having faith that you can always find your way. Among the many students and clients I have worked with over the years, Jennifer, Mei, Sherry and Michelle embody the last definition most clearly. They have been working over the last two years to share design

thinking with Taiwan and create a culture that embraces creativity. Through workshops at NTU, projects and events, their passion has spread to many others, and every time I travel back to Taipei I am amazed at the growing number of students, professors and executives who have learned about design thinking and are passionate to deepen their understanding.

From the moment I met these 4 women in September of 2010, their passion and inquisitive nature were clear. We spent 3 days introducing design thinking with a project to redesign an experience for the elderly, and spent the days running through the streets of Taipei, interviewing elderly hospital volunteers, YMCA members and teahouse regulars. While the final projects might not win any design awards, the enthusiasm that was behind them was inspiring. After I returned to California, I continued to receive follow-up emails with questions and ideas, and within a few months I was thrilled to see the first Facebook page for the NTU d.Thinking club. When I returned to Taiwan in January of 2011 with some colleagues from the Stanford d.School, we were amazed to find that the NTU d.Thinking club had managed to gather dozens of new students, professors and industry executives for a Train the Trainer Workshop. This time, the questions I got from Jennifer, Michelle, Mei and Sherry were much more sophisticated, and it was clear that the time they spent running workshops on their own had not only made them skilled design thinking facilitators, but also practitioners.

It has been gratifying and deeply humbling to see the impact that



the authors of this book have had on their school and community, and their optimism and passion to spread creative confidence and design thinking across Taiwan comes at a time when the world needs it most. As nations struggle to define new opportunities in the age of the “Creative Economy”, it is imperative that a new generation of workers develop the skills to tackle ambiguous and huge problems with a fail forward attitude, a prototyping mindset, and creative confidence. Mei, Michelle, Sherry and Jennifer are leading the way.