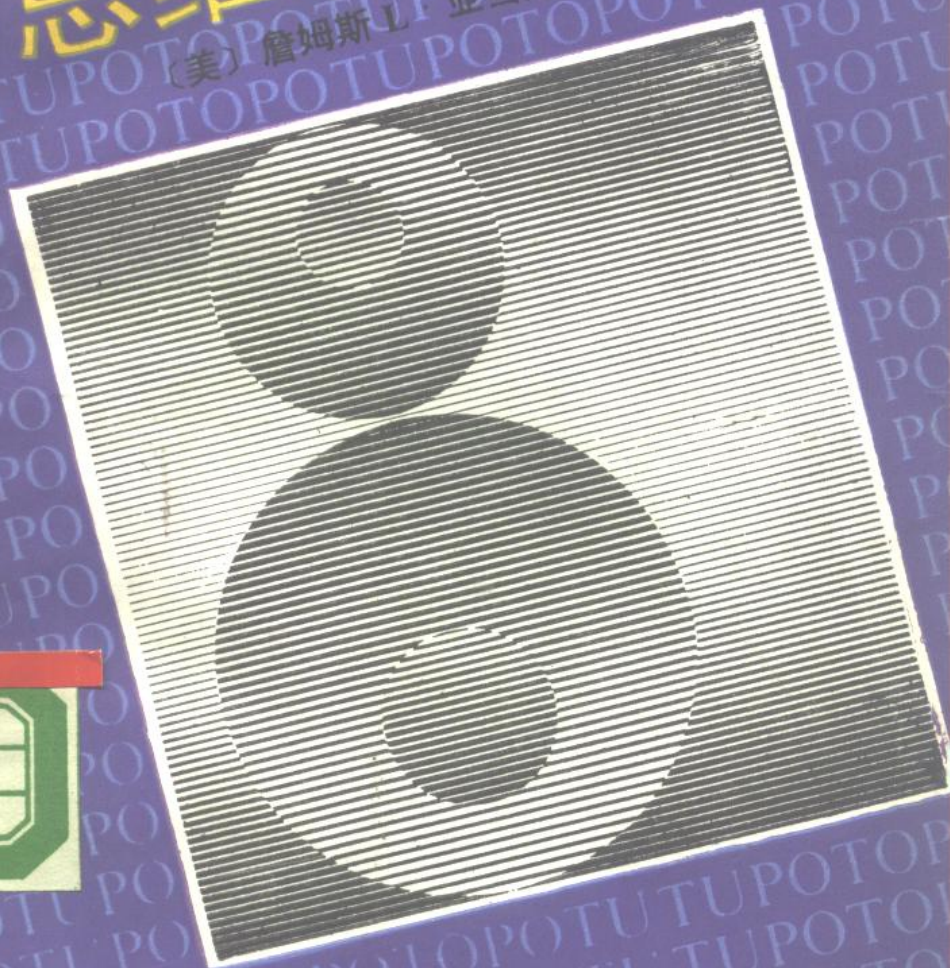


美国畅销书



突破思维的障碍

〔美〕詹姆斯·L·亚当斯著



〔美〕詹姆斯 L·亚当斯著

540639

陈新 王箐 陈旭明 叶南奇译



2 021 8553 5

突破思维的障碍



中国社会科学出版社

责任编辑 叶南奇
责任校对 李 林
封面设计 鹿耀世
版式设计 舒白白

突破思维的障碍

Tupo Siwei De Zhangai

(美) 詹姆斯 L · 亚当斯 著

陈 新 王 簪 译
陈旭明 叶南奇

*

中国社会科学出版社 出版
发 行

新 华 书 店 经 销

太 阳 宫 印 刷 厂 印 刷

787×1092 毫米 32 开本 6.75 印张 154 千字

1990 年 3 月第 1 版 1990 年 3 月第 1 次印刷

印数 1-6 500 册

ISBN7-5004-0692-4/Z · 167 定价:3.00 元

译者的话

在众多的讲述思维及创造性的书中，这是一本普通的小册子，但它却是吸引人的。作者用妙趣横生而又日常可见的素材向我们娓娓叙说了人人都会关心的问题，即我们是否意识到自身的思维障碍，怎样克服它，让自己变得更富有创造活力。

这本书在美国一版再版，风靡一时，拥有广泛的读者，无论是从事研究工作的高级学者、研究人员，还是从事行政、工商和管理活动的人士或普通学生。相信本书与中国读者的见面，也会产生同样的功效。希望读者对译文的不妥之处不吝指正。

本书各部分的译者：序言至第二章为陈旭明；第三章至第五章为陈新；第六章为王菁；第七章为王菁、叶南奇；第八章至读者指导为叶南奇。

序 言

几乎没有人会喜欢问题。因此，在解决问题时，人们自然倾向于择取跃入脑海的第一个解决办法，并按照这个办法解决下去。这样做的致命缺点是，你要么也许逃避掉了棘手的问题，要么就遇上更糟的问题。从众多的想法或概念中选择最有吸引力的办法是解决问题的良方。本书的主旨便是培养思维的能力和解决问题的能力。

由于我是一名工程管理方面的教师和顾问，因而我接触的大多数人都具备分析能力、定量能力、语言和逻辑能力。这些能力当然是解决问题者的优良素质。不过，这种优良素质还包括能够自如地进行思维创新，这是一项需要更为广泛的思维语言的活动。我最关心的是给思维创新这个词下一个更好的定义，并帮助人们加深这方面的理解。本书反映了这种关心。尽管我起初是从工程环境角度着手这方面的探索的，但与其他领域人们接触的经验使我确信，本书的内容也适用于大多数生活领域。

在如何掌握较强的语言和分析能力方面，你不会有什
么收益，尽管它们都是解决问题的有力手段。相反，本书关心的却是那些有利于提高人们的思维创新能力以及我认为在多数人的教育中并未受到重视的思维方面的问题。尽管本书主要论述思维创新过程，但是，思维方面的这些问题与解决问题过程中的其它方面仍是相互联系的。本书侧重的主要是创造性。因为一个优秀的思维创

新者必须富有创造性。那些似乎使人具有创造性的心理素质，其可贵之处不仅仅在于善于思维，而且还在于能更好地训练人们发现和界定问题，并实施随之而产生的解决办法。

本书所引用的材料来源很广。最初引导我思考思维问题的是已故的约翰·E·阿诺德 (John E. Arnold)。他是教育的先驱，也是一个我终生崇拜的人。本书有相当一部分反映了他的思想。另外一个主要影响来自鲍勃·麦金教授 (Bob Mckim)，我的大学同事和朋友。我们本来应当一起写作这本书，可是鲍勃刚写完他自己的一部优秀著作，由于写作过度而一时劳累不堪。然而本书自始至终显露着他的影响和思想。鲍勃，斯坦福商学院的组织行为学权威哈罗德·里夫特 (Harold Leavitt) 教授，设计部讲师、居民心理学家詹姆斯·弗德曼 (James Fadiman) 教授都花费了大量精力阅读本书的原稿。辛舍尔·费莱·古恩 (Fry Gunn) 编辑对原稿进行了加工润色，并进行了装帧设计工作。特别需要感谢的是布鲁克斯·库勒出版公司，他们允许我使用麦金的《视觉思维的经验》中的材料。

人们对思维的了解并不充分。因此，你会发现本书的一些材料是建立在未加证实的理论、猜想和非科学性的观察之上的。由于本书的目的并不是向你提供心理学上的定论，因此，如果你愿意的话，完全可以不赞同本书的结论而不必感到不安。本书的目的只是帮助你了解自己的大脑在思维状态下怎样工作，并在如何使它工作得更好的问题上给你某些启发。因此，这是一部“独立思考”的书，而不观察自己的思想是难以谈论思维问题的。我希望，这本书还将激励你更加深入地钻研思维技巧，

从而有益于提高你自己的思维能力。

詹姆斯 L·亚当斯

(James L.Adams)

斯坦福大学，加利福尼亚

1974年3月5日

第二版说明

按照本书的编排结构增添了一章，在情感问题方面补充了其它材料，并对内容稍加修订。总之，本书主要内容的大部分材料都未作变动。

詹姆斯 L·亚当斯

1979年7月11日

第三版说明

《突破思维的障碍》首次出版迄今已有十多年了。我愈益确信有意识地认识思维方面的障碍比我起初写作时所想象的更有价值。这个过程不仅本身有趣，而且还是提高创造性的有力手段。随着我们进入了80年代后期，思维和开发创造力的新方法日益明显地成为我们生活方式的自然组成部分。

出于许多充足的原因，我们的思维已经相当程序化，并具有各种十分发达的思维方式。因此我们都存在着思维上的障碍。然而，我们幸好具备有意识地改变自己解决问题的习惯的能力，它能使我们获得更富有创造性的结果。为此我们必须更清楚地了解解决问题的过程。对于我们在日常事务方面的习惯，我们需要变得持怀疑态度；如果我们应该改变这些习惯的话，还要学会更好地识别问题。我们需要更多地了解怎样创造性地解决问题，因为思维创新的障碍普遍存在，易于识别，经过努力是可以改进的。本书重点讨论心理障碍，并提供了达到这种自我认识的有效途径。

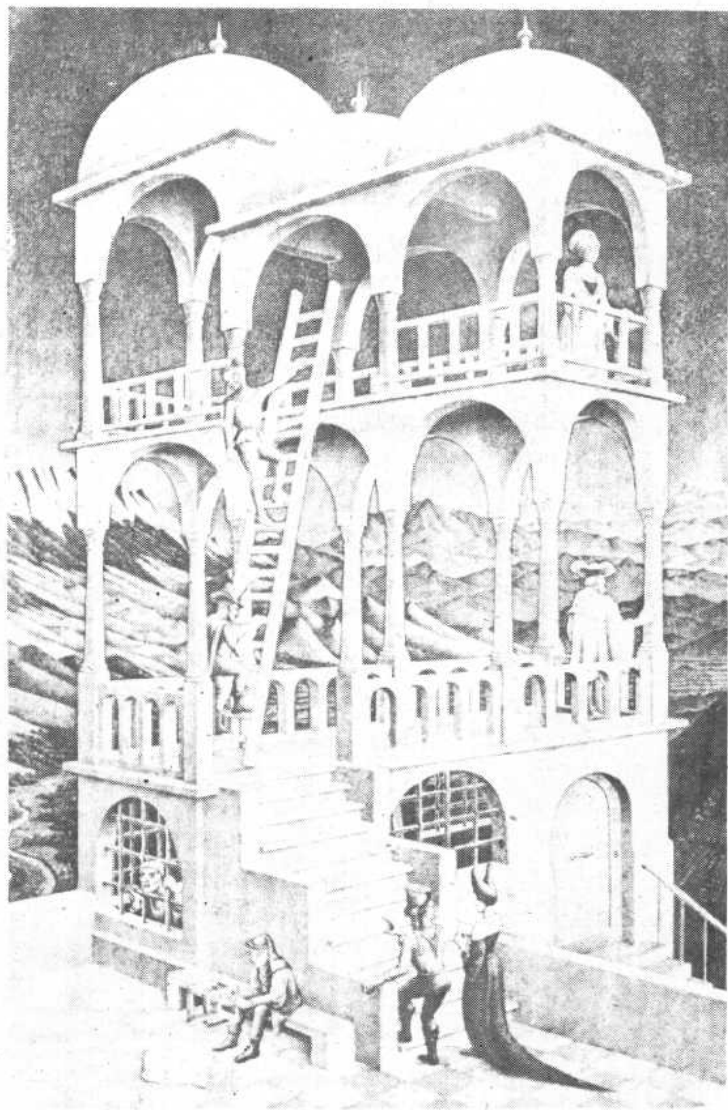
人人都想变得富有创造性（或自认为富有创造性），动力是不成问题的。对思维创新之障碍的了解只会增加你的动力，这仅仅是因为这些障碍与你的自我想象并不一致（谁？我？成见？绝不会！）。除了这种内在动力外，生活中还有更多的原因需要我们富于创造性。以对解决问题过程日益增加的了解和知识为基础的动力与有意识的干预相结合，是提高创造力的标准公式。本书对

于帮助人们达到这一点来看是相当成功的，因此我不想对其内容作更大的改动。

对第三版，我更新了材料并增写了最后一章。特别是我对创造性的内在动力和外在动力的相互作用做了更多的讨论，因为我相信，要成为一个一贯出色的解决问题者，唯一途径就是既懂得如何创造又知道为何创造。

詹姆斯 L·亚当斯

1985年10月15日



目 录

第一章 导言	1
思维方式	3
并不存在的问题之解决方法	6
思维障碍	10
第二章 感性障碍	12
观察中的先入为主——成见	12
找出问题之所在的困难	21
过分限定问题范围的倾向	25
缺乏从不同角度观察问题的能力	34
信息饱和	36
未能利用所有感觉输入的信息	38
第三章 感情障碍	41
弗洛伊德	42
人文主义心理学家	44
怕担风险	46
容不得“混乱”	48
宁肯作评判，不愿创新	50
缺乏挑战精神和情绪急躁	53
幻想与现实	53
第四章 文化障碍与环境障碍	59

禁忌	61
解决问题时的幽默感	63
推理和直觉	66
左手思维和右手思维	67
始发创造力与次级创造力	70
传统与变革	72
克服文化障碍的思维方式	74
环境障碍	75
积极环境	76
听取、接受批评	78
独断专行的上司	79
缺乏支持	80
第五章 智力障碍与表达障碍	83
选择正确的思维语言	84
获取正确信息极其重要	90
表达障碍	94
第六章 互补思维语言	99
视觉思维	105
其他感觉语言	115
第七章 排除思维障碍的各种方法	125
质疑的态度	126
思维的敏捷性和灵活性	130
思维辅助	133
无意识排除障碍	147
马斯洛	154
巴龙	156
摆脱无意识的其它途径	159

第八章 集体和组织	163
小集体：从属需要	164
自我需要	166
献策攻关法	168
集体研究法	171
内在和外在动力	175
大组织：官僚主义的起源	181
“人际关系”运动	184
官僚主义内部的创造性	186
读者指导	191
创造性和思维的一般观点	192
心理学理论	195
心理和大脑	198
关于“怎么办”的书	199
其他方面	201

第一章 导 言

无论从知识还是从机能方面说，人的学习潜力都确实非同寻常。人脑所能贮存的信息量大得惊人。而人作为魔术师、特技飞行员或音乐家，其活动的的能力同样是非凡的。人的有些机能，如血液循环和感觉冷暖，尽管极其复杂，却无需有意识地去学，它们是自动的。其它的如说唱和奔跑，则差不多是本能的要求，容易学会。但若要达到杰出的水平，就需要付出相当大的有意识的努力。再比如打网球、鞣制皮革、园艺、下棋、滑翔运动和阅读，都必须付出有意识的努力。

那么思维呢？它当然是人的一个最重要的机能。它是自动的，还是有意识地学会的呢？提高一个人的技能的由来已久的方法是始终注意他的动作，并通常按照某种理想的典范或标准来寻求改进它。热衷于高尔夫球的人，先学习怎样打高尔夫球，而后不停地实践，对照典范来检查他的动作和姿势，阅读论述高尔夫球的书籍和报刊专栏，并观摩其他更老练的高尔夫球手打球。

进行思维的人也应该这样做吗？我们应当学习所有能得到的有关思维的东西，然后去实践并检查我们的结果吗？我们应该将我们的思维同有经验的思想家的思维加以对比吗？下面有关美国生活的普通画面是帮助高尔夫球手改进动作的



埃劳德·巾白尔曼

——“风云一时的体育明星”

左脚向内转

当你向后转身举起球棒时，你左脚抬起的动作影响着整个转体动作的成功。

若你如图①所示的球手那样踮起左脚尖，就会影响你向下击球的回



身动作，你应该换个姿势，放低脚后跟，把身体重量放在脚掌上，这样能使你得助于脚跟的力。

然而，当你向后转身举起球棒，并转动左脚内侧时（如图②所示），你应通过重心向左转移来帮助向下击球（如图③所示）。这是取得击球过程协调一致所需的正确的重心改变方法。



一组图片中的一部分。

你见到过类似的对思维的描述吗？我们都是有思维的人。但令人吃惊的是，我们大多数人竟然意识不到自己的思维过程。当我们谈到提高智能时，我们通常指的是获取信息或知识，或指人们所应该具有的思想方式，而不是指头脑所实际进行着的活动。我们并没有花时间去体察我们自己的思维，并把它与更成熟的模式进行比较。

思维方式

当然，观察思维方式远比观察高尔夫球的“姿势”要困难得多，思维是一种比打高尔夫球要复杂得多的功能。假如你打算写一篇象高尔夫球专栏文章那样的关于思维的文章，你会如何选择“风云一时的思想明星”呢？并如何从这一复杂的思维过程中提炼出象“左脚转动”这样简单的要素呢？然而如果撇开这些问题不谈，下功夫细细体察思维过程并力图改善它，对解决问题的人来说，仍不失为一笔好的投资。

多数的思维必然而且的确是以自发（无意识）的方式发生的，并未有意识地花精力去体察或寻求改进其过程。我举一个也许能说明这一点的例子。但在此之前，请允许我暂时离开本题，对本书做一点一般性的说明。本书间或包含一些例子和练习。如果完成了这些练习和问题，本书的内容就会更富有意义，并且更有可能影响你的思维。你可以独自或与他人一起完成。我发现如果有几个人参加，这些例子和问题中的大部分通常会变得更有趣味、更成功。在许多人中间观察思维的变化总是很有意思的。试着和你的朋友或同事们做这些练习，不论是在什么样的场合，只要看上去合适，也不