

3分钟  
绘画



3秒钟  
共享



思维整理法



谁 都 可 以 做 到 !



# 视觉思维

[韩]郑珍好/著 潘翔/译

中国铁道出版社  
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE



谁都可以做到！

[韩]郑珍好/著 潘翔/译

# 视觉 思维

中国铁道出版社  
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

---

北京市版权局著作权合同登记 图字: 01-2016-0619

图书在版编目(CIP)数据

视觉思维/(韩)郑珍好著;潘翔译.—北京:  
中国铁道出版社,2016.10  
ISBN 978-7-113-21905-5

I.①视… II.①郑… ②潘… III.①思维训练  
IV.①B80

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第129329号

“Visual Thinking” by Jeong, Jin-ho (郑珍好)

Copyright © 2015 Hanbit Media, Inc

All rights reserved.

Originally Korean edition published by Hanbit Media, Inc

The Simplified Chinese Language edition © 2016 China Railway Publishing House

The Simplified Chinese translation rights arranged with Hanbit Media, Inc through  
EntersKorea Co., Ltd., Seoul, Korea.

书 名: 视觉思维

作 者: [韩]郑珍好/著 潘翔/译

责任编辑: 郭景思

编辑部电话: (010) 51873064

编辑信箱: guo.ss@qq.com

责任印制: 赵星辰

出版发行: 中国铁道出版社(100054,北京市西城区右安门西街8号)

网 址: <http://www.tdpress.com>

印 刷: 北京米开朗优威印刷有限责任公司

版 次: 2016年10月第1版 2016年10月第1次印刷

开 本: 880 mm×1 230 mm 1/32 印张: 8.5 字数: 182千

书 号: ISBN 978-7-113-21905-5

定 价: 52.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书,如有印制质量问题,请与本社读者服务部联系调换。发行部电话:(010) 51873174,  
打击盗版举报电话:(010) 51873659,传真(010) 63549480

开始

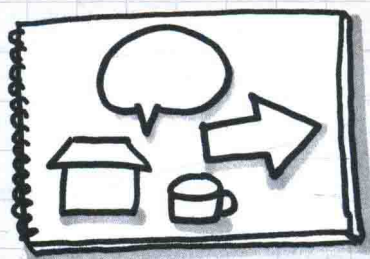


信息汇聚  
时代的环境与创意力

Visual Thinking?



视觉思维是什么?  
学习视觉思维的必要性



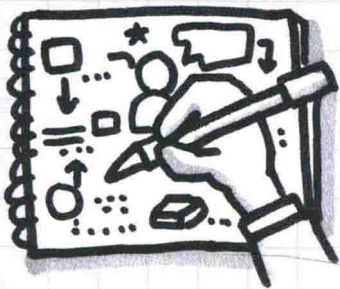
学习简单的基本要素

视觉单元

把握日常事物的特征



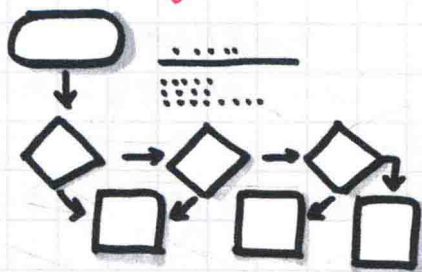
**图示记录法**  
实时记录的视觉思维



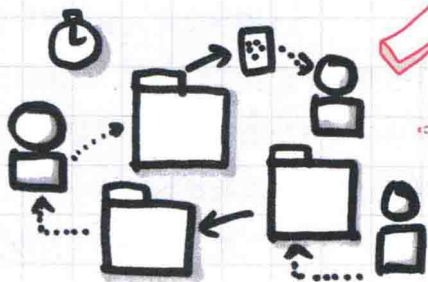
**思维导图**  
让思维在体系中扩张



**视觉信息**  
抓住信息的核心要点



**视觉单元组合法**  
表达关系、时间、流动





## 融合的时代, 创造性思维从哪里来

还在死记硬背一个正确答案? 不! 如今, 时代要求我们用全新的方法去寻求答案。现在的企业与高校对“创意型人才”求之不得。然而, 创意力并不是只有爱迪生才有, 只要能将自己已知的知识融会贯通, 创造出全新点子并付诸实践, 你也是有创意力的人。

发掘信息重点中的核心, 结合不同领域的专业知识, 通俗易懂地表达信息核心与他人共享——这个过程需要有融会贯通知识的能力, 也需要更丰富的经验、更广阔的思维、更频繁的交流、更便捷的表现以及更快速的共享。

在现代社会, 相比于知识而言, 一个人的协同合作能力变得越发重要, 表达能力出众的人才越来越受青睐。现在的人们主要是靠语言和文字进行沟通的, 倘若我们借图画之力将信息简洁明了又生动有趣地分享给他人会怎样呢?

很可惜的是, 在智能的社会中, 往往存在着许多不“智能”的人。我作为讲师传授思维导图已有6年时间了, 在这期间我深刻地体会到: 寻找一种能够整理思维、大胆创新、快速表达、共享成果的方法是现代人的当务之急。

## 手绘制图与电脑制图，左脑与右脑的均衡

手绘制图与电脑制图各有各的好处，人们应该根据实际情况选择适合的方法。使用电脑也并不一定就是又快又好的方法。有时，仅依靠一张纸、一支笔以及感性的认识也可以摩擦出思维的火花。

左脑与右脑有着各自不同的机能，创造性思维是左脑与右脑信息交换的产物，图画与文字的共同使用使感性思维与理性思维不断碰撞，从而使创造性思维出现的概率大大提高。

其实，每个人都会偶尔有创造性的想法。只是，这些想法都在不经意间流逝。因此，以最快的速度在纸上表达出来才是至关重要的。经常努力动手绘画的话，脑子也会在不知不觉间变得勤奋了起来。

## 信息洪水与视觉思维

当今社会，男女老少几乎都会使用智能手机来连接网络，不仅仅是在家里刷微博、聊微信，甚至走在大街上也常常成为“低头族”。仅仅一天的时间也会有无数的照片和新闻报道从网络里喷涌而来，时间一长，巨大信息量让人目瞪口呆。因此，倘若说现在的人们正生活在“信息洪水”里，这样的话也是毫不为过的。

信息量虽然如此庞大，但是人们能接收、处理并记忆的信息却

是十分有限的。因此，人们迫切地希望花费最少的时间和精力接收和理解最多的信息。此时，一种简单易懂而又生动有趣的信息传达方法让这项索然寡味的工作变得生动鲜活。

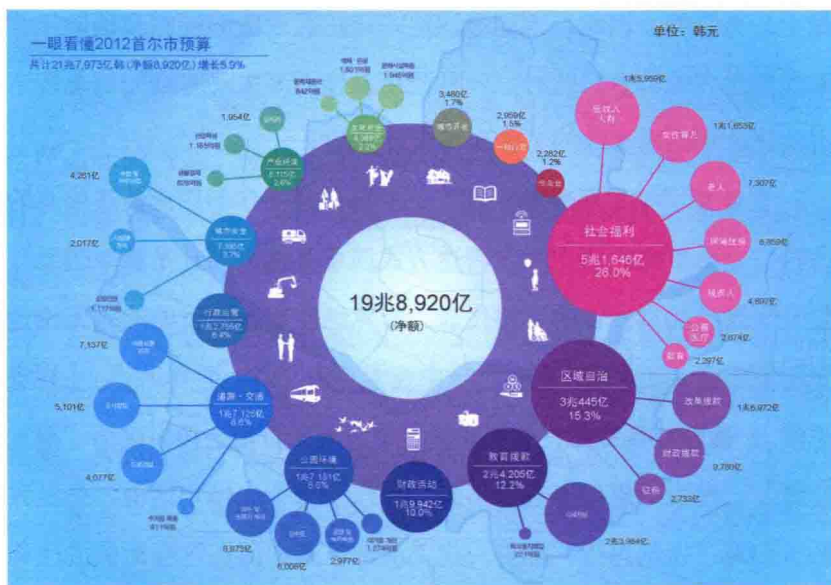
它就是“视觉思维整理法”，一种依靠文字与图画传达信息的方法，它比单纯的语言文字表达方式简单易懂，而且是获取信息、整理思维、共享知识的实用技能。能熟练使用这项技能的人无论走到哪里都会大受欢迎。若在谷歌中搜索英语“visual think”（视觉思维），搜索结果足足有一亿八千万个，而在百度上搜索汉语“视觉思维”，搜索结果仅仅只有不到二百八十万个。换句话说，全世界的人们对“视觉思维”都有一定关注，但是中国在这方面的关注相对不足。

希望今后有更多的人能够喜欢上视觉思维并积极练习与实践，也希望在网络上能出现更多关于这项技能的相关资料。

## 信息视觉化——信息图像

随着信息量的增大，设计领域里的信息视觉化变得越发重要。信息图像（infographic）就是代表性的产物之一。信息图像从语源上来看是英语信息（information）和图像（graphic）的合成词，将庞杂的信息表达出来的图表就是信息图像。下图是2012年韩国中央预算内投资安排计划结构图表。





2012年韩国中央预算内投资安排计划 / 出处：新华社

像这样将庞杂的信息一下子就表现出来正是信息图像的魅力所在。虽然信息图像有这样的魅力，但其短处也不少——从信息受众的角度上看妙趣横生，可是在信息生产（图表制作）阶段信息发出者却不得不花费大量的时间和精力。与之相比，视觉思维整理法在华丽程度上会略有所不及，但是仍然是信息可视化中简单有效的方法。

下表是信息图像整理法与视觉思维整理法在用途上的简单对比。

	信息图像整理法	视觉思维整理法
制作人员	专家	任何人
制作方式	电脑	手绘
制作工具/软件	Photoshop/ Illustrator	纸+笔
制作时间	长	短
制作成本	高	低
用途	提供信息	构思、整理、概括

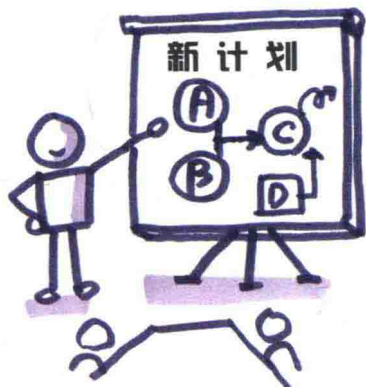
## 谁应该看这本书呢

本书的受众群体为没有任何美术或设计功底的普通人，例如：

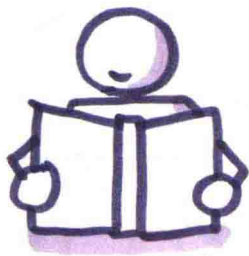
迫切渴望创新思维的人



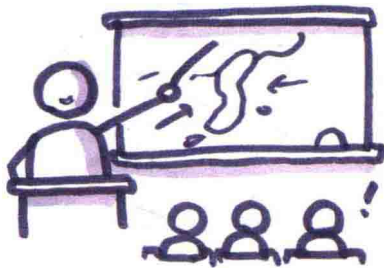
希望快速整理自己的思维并与他人共享的人

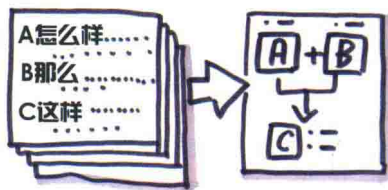


想把所学知识系统整理的学生



想让课堂妙趣横生的教师





也就是说，学习知识、整理思维、表达信息、需要创造性思维的所有人都是本书的受众群体。

用图画思考是大脑的活动。然而身体和大脑是相互联系的，胳膊腿运动的时候大脑并不是休息的；同样，大脑在思考的时候，身体也不应该是静止不动的。视觉思维整理法以手的运动来帮助大脑想出有创意的点子。

## 本书有效使用法

不闻不若闻之，闻之不若见之，见之不若知之，知之不若行之；学至于行之而止矣。

——《荀子·儒效篇》

上面这句名言体现了荀子对实践的重视。对于本书来说也是一样，光看是远远不够的。因为，仅用眼睛看是无法彻底理解视觉思维整理法的，只有边看边实际操作才可以。想要记住并理解精髓就必须身体力行。练习绘画时不要一张一张地练，只有一本一本地练

才有效果。此外，请在每张完成的画作上写清日期并署上名。随着时间的推移，读者朋友们一定能够亲眼见证自己绘画和视觉思维能力在提高。

## 忘记美术课的阴影

不少人听到“使用文字与图画整理思维”后就会说自己画不好。世界上没有不会绘画的人，有的只是不愿意绘画的人。孩童时代的任何人都是画家。但是，随着年龄的增长，人们对绘画的热情不断下降，长大成人之后都不知道自己上次绘画是什么时候了吧。人们常说的“我不会绘画”的实际意思是“我也想画好啊，可是每次画的画都不让我满意。”



觉得自己画不好的大人们

还有人说自己压根儿没有绘画天赋。其实，相比于天赋，更重要的是勇气，还有就是习惯。从现在开始，拿出勇气，每天花一点时间练习绘画，时间长了绘画能力自然会有提高。可能有人还在对小学或是中学美术课上的困难念念不忘。请走出美术课上的阴影吧！我们的中国字那么复杂困难不是也都学会了吗？靠绘画思考的能力也一样是每个人都可以学习并熟练掌握的技能。

想画好画的最好方法是忘记过去，拿出勇气，坚持每天练习。本书中的画也只不过是简单明了、通俗易懂的简笔画，不要想得太过复杂。每天哪怕只有十分钟的练习时间，坚持下来也一样可以将本书所说的“视觉思维整理法”发挥到极致。

## 一起模仿吧

读完本书所介绍的内容，相信读者朋友们也会跃跃欲试。其实，刚开始时画不好也大可不必担心。只要依照正确的方法持续练习，使用视觉思维整理法的水平一定会提高。

然而，正确的方法是什么呢？人类是学习的动物，学习的最简单、最有效的方法就是模仿。就像婴儿模仿爸爸妈妈学话一样，学英语时我们也竭力模仿老外的语音、语调；喜欢动画片《蜡笔小新》的朋友一定能模仿着画出小新和小白吧。所以，只要感兴趣的话，我们身边的一切事物都可以被模仿。《模仿吧，就像艺术家一样》是我很喜欢的一本书，里面有这样一句话：

**模仿真的，迟早有一天也会变成真的**



本书并不是介绍冷冰冰理论知识的工具书，而是作者将人们在近几年职场工作、家庭生活、为人处世等诸多方面的思维整理、信息传达的经验整合成的一本谁都可以参考的教科书。

这本书可以极大地消除读者对绘画的恐惧，让读者在绘画中思考，在绘画中分享，成为有创新能力的新型人才。

郑珍好

于韩国京畿道日山



韩文中有一个词叫做“눈치”，这个词还挺有意思的，可以翻译成中文“眼色”“眼力见”，等等。可以说，不少韩国人没有自己的主见，都是看着别人的“눈치”活着，这样才能不被别人的目光鄙夷。我们中文里也有一个词，挺可怕的，叫做“合群”。别人都在睡懒觉、旷课、熬夜打游戏，就你在早睡早起、努力学习，那你就是不合群的怪胎；别人都去KTV、夜总会寻欢作乐，就你愿意安静地休息，那你就是不合群的异类……而为了不被人排挤，不被人孤立，不被人当做“异类”，能真正打破“눈치”还有“合群”堂堂正正做自己的人却是少数。我们不禁感叹：在这个时代，不要说创新了，简简单单地活出你自己，都真的是太难了。

《视觉思维》一书，系在韩国出版的《비주얼 씽킹》的中文翻译版。全书讲述了视觉思维整理法的诸多构成要素，并详细列举了用途与示例。本书内容图文并茂、生动有趣并易于模仿，算得上是一本推陈出新的佳作。本书最大的亮点就是，在绘画中追求“创新”，因此该书在韩国大卖，有一定的影响力。而作为本书的翻译作者，我认为：一个“눈치”或者“合群”的人，怎么可能创新？想要学会使用视觉思维整理法，首要的一步就是：鼓起勇气，打破“눈치”“合群”！——别人都在浪费青春、虚度光阴，我偏偏要好好

学习，天天向上；别人都在花天酒地、消遣娱乐，我偏偏要琴棋书画、修身养性；别人都在使用枯燥乏味的文字进行交流、总结，我偏偏要使用视觉思维整理法，利用思维导图并画上几个简笔画……我就是没“눈치”、不“合群”了，我就是要活出我自己了，怎么？来咬我啊！

其实，韩国人早就开始运用视觉思维。我在韩国交流学习时，便与视觉思维整理法结下不解之缘：老师要求来自不同国家的学生们使用绘画进行自我介绍，因此，我在羞涩的绘画过程中与国籍、肤色、母语、年龄各不相同的同学们打成一片；热心的韩国妹子在教我韩语时，总是一边解释一边用笔画着简笔画，这样，我不仅理解得更快，印象也更深刻，记忆更持久……而在国内，使用思维导图整理知识点算是我干过的唯一与视觉思维整理法沾边的事情了。其实，视觉思维每个人都会，只不过是，我们还没有认识到它的重要价值而已。虽然，可能刚刚开始使用视觉思维整理法的人，在面对自己作品时还是禁不住要问自己：“这到底是什么鬼东西？”。也可能这些视觉思维主义者会被当做“不合群”的“异类”被排斥……但是，往往第一个吃螃蟹的人才有机会领导潮流，也许，10年后，20年后，不会使用视觉思维的人反而会遭到社会的无情淘汰。所以，我们是视觉思维主义者，我们是潮流领导者，我们为自己代言！

我特别喜欢《迷途之星》（*Lost Stars*）这首歌，歌词里有这样两句话：

God, tell us the reason youth is wasted on the young.....

But are we all lost stars, trying to light up the dark.....

翻译成中文是：

上帝啊，请告诉我们，为什么把青春送给年轻人挥霍……

但是，我们都是试图点亮黑暗的迷途之星……

作为年轻人，请不要浪费最宝贵的青春时光，就用它去追求梦想吧！《视觉思维》就是一颗点亮黑暗的迷途之星。这本书就是一张让大家找到视觉思维整理法的“藏宝图”：找到它，点亮它，让它成为通往梦想道路上陪伴你的“幸运之星”！就让我们在绘画中整理思维，在绘画中传递信息，在绘画中表达心境，在绘画中寻找乐趣！世界上没有什么问题和烦恼是“一幅画儿”不能解决的……

以上内容仅代表译者个人观点，与原作者无关。希望大家鼓起勇气多学习、多实践视觉思维整理法。

我受中国铁道出版社的委托翻译这本书，作为一个1993年出生的毛头小子，我感到无比荣幸。然而，我还在读研，水平十分有限，加之时间仓促（只有一个寒假），译文中难免有不妥之处，恳请诸位读者予以批评与指正。

感谢北京工业大学、梨花女子大学，以及中央民族大学教授们对我的谆谆教诲。此外，我母亲余丽君女士和中央民族大学教育学院语文专业学科研究生高锦玉同学通读了中文译稿，并提出了宝贵意见。在此，致以最衷心的感谢！

潘翔

2016年5月29日

于中央民族大学