

# 创新者的心智模式

## 培养创新思维的五大行为习惯

[美] 约翰·斯维尼 (John Sweeney)

◎ 著

龙红明 李妍 ◎ 译

艾琳娜·伊梅尔茨卡 (Elena Imaretska)

THE INNOVATIVE MINDSET

5 Behaviors for Accelerating Breakthroughs

美国顶级咨询师，帮你收获创新思维

高居全美  
企业管理类  
畅销书  
榜单榜首



中国工信出版集团



人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS



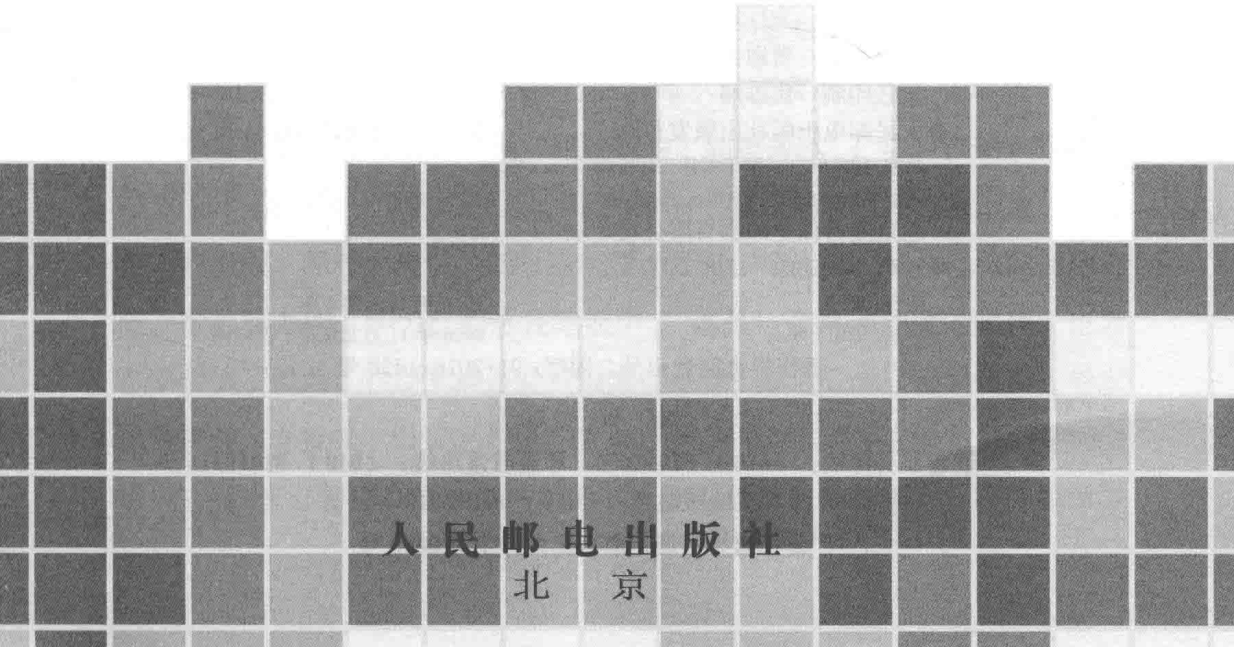
# 创新者的心智模式

## 培养创新思维的五大行为习惯

[美] 约翰·斯维尼 (John Sweeney) ◎著  
艾琳娜·伊梅尔茨卡 (Elena Imaretska)  
龙红明 李妍 ◎译

THE INNOVATIVE MINDSET

5 Behaviors for Accelerating Breakthroughs



人民邮电出版社  
北京

## 图书在版编目 (C I P) 数据

创新者的心智模式：培养创新思维的五大行为习惯 /  
(美) 约翰·斯维尼 (John Sweeney), (美) 艾琳娜·伊  
梅尔茨卡 (Elena Imaretska) 著；龙红明，李妍译. --  
北京：人民邮电出版社，2016. 11  
ISBN 978-7-115-43858-4

I. ①创… II. ①约… ②艾… ③龙… ④李… III.  
①创造性思维 IV. ①B804. 4

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第251260号

## 内 容 提 要

创新思维是通向幸福的钥匙，拥有它，你将打开更高效、更有活力的人生。那么，怎样才能让一个企业更具有创新思维？怎样才能让自己成为一个拥有创新精神的人？这本书将会明确予以回答。

本书由两位创新专家联袂打造。作者用生动的语言、权威的案例、实用的建议，详细介绍了探索精神和创新思维对企业发展的作用，归纳出培养创新思维的五大习惯，即学会倾听、延迟评判、公开声明、重构观念和即刻行动。本书是一本不可多得的关于创新思维的行动指南和实际操作范本，它不仅聚焦于基于行为的创新，而且能够切实引导你去行动。

无论你是—般工作人员，还是高层管理者，本书提供的创新方法都将以—种积极的方式影响你、鼓励你，帮助你成长，最终引导你走向成功。本书适合所有想要培养创新思维、追求个人成长以及提升职业素养的人士阅读。

- 
- ◆著 [美] 约翰·斯维尼 (John Sweeney)  
[美] 艾琳娜·伊梅尔茨卡 (Elena Imaretska)  
译 龙红明 李 妍  
责任编辑 贾淑艳  
责任印制 焦志炜
- ◆人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号  
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn  
网址 <http://www.ptpress.com.cn>  
北京隆昌伟业印刷有限公司印刷
- ◆开本：700×1000 1/16  
印张：15.5 2016 年 11 月第 1 版  
字数：228 千字 2016 年 11 月北京第 1 次印刷  
著作权合同登记号 图字：01-2016-1428 号
- 

定 价：49.00 元

读者服务热线：(010) 81055656 印装质量热线：(010) 81055316

反盗版热线：(010) 81055315

广告经营许可证：京东工商广字第 8052 号





## 创新者的心智模式

### 培养创新思维的五大行为习惯

准备一下，明天我们一起讨论。”于是，人们千万次地问：“企业该如何引导创新？”“该如何让我自己变得更有创新精神？”

《创新者的心智模式》试图为你解答上述问题。本书是作者多年工作和生活经验的总结。本书深入剖析了个体和组织创新的潜能与障碍，并提出了五种快速培养创新思维和心智模式的行为习惯，甚至为每一种行为习惯提供了具体可实践的标准动作。基于本书提到的创新思维和行为习惯，约翰·斯维尼让最悠久的美国讽刺喜剧剧院重新焕发生机，并且在经济萧条时期也能保持亮眼的年收入。

本书不是关于创新思维的理论教科书，而是一本行动指南。我们对书中提到的五种行为习惯——“学会倾听、延迟评判、公开声明、重构观念、勇于突破”的概念可能并不陌生，但是本书并不是要对这些概念进行赘述，而是从案例分析入手，对每一种行为习惯的策略、技巧作了介绍和分析，对日常行为中需要进行反复练习的关键动作进行了规范。如果你想培养一种行为习惯，那么每天重复做，哪怕只是重复几次都是非常有效的。本书试图让我们从标准的行为习惯中受益，跟着作者的動作，只要你愿意，培养创新者的心智模式是可行的。

现在，我们比任何时候都迫切需要创新，但是又比任何时候都对创新充满迷茫和恐惧。唯有切切实实地行动，突破障碍，培养创新思维和习惯，才有可能实现真正的创新。这是我翻译本书的感悟。

本书不仅是关于企业和组织创新的行动指南，也是关于家庭、学校教育以及婚姻生活经营过程中创新和永葆激情的行动指南。约翰·斯维尼对待婚姻、家庭、孩子教育的态度，以及书中提到的关于企业成长、家庭成长和孩子成长的案例都值得我们深入思考和回味。

只要你愿意，没有不可以！

龙红明

2016年8月8日





少波折和起伏，其中还有一些让我意想不到的转折点；我所经历过的成功和失败应该是最让我意想不到的。与 15 年前的自己相比，我已经有了很大的变化。在过去的 15 年里，我学习到的东西比我教给别人的更多，我为自己制订了很多计划，但很多时候计划赶不上变化。我一直都努力想成为一个好丈夫、一个好父亲，为我的家庭尽可能地付出；也想建立自己的事业，把自己关于创新的所有知识和经验都分享给我在生活中遇到的人，或者是我培训过的学员。这本书集观察研究、真实事件和实用建议于一体，不仅涉及行为学理论，也有很多关于创新思维和实践的真实案例，它将会告诉你如何在工作 and 生活中提高创新能力。

这本书是我和艾琳娜·伊梅尔茨卡合作完成的。艾琳娜在 Brave New Workshop (BNW) 戏剧剧院的创意外展项目中扮演了非常重要的角色，项目的成功很大一部分都归功于她。艾琳娜不仅拥有工商管理硕士学位，她还是一名剧作家、演员和产品开发经理。

在进入 BNW 戏剧剧院工作之前，艾琳娜一直在保加利亚生活，后来到德国求学，还在日本工作过。她在科罗拉多大学获得了文学学士学位，并在亚利桑那州的雷鸟全球管理学院获得了工商管理硕士学位。艾琳娜在这三个国家都拥有着丰富的生活、教育和工作经历，而这些经历也正是其新颖观点和独特视角形成的重要来源。我们两个人对探索精神和创新思维的观点非常一致。这本书是从我的视角来写的，但是当我用到“我们”一词时，其实传达的不仅有我，也有艾琳娜的观点。

我和艾琳娜在不同的领域找到了很多拥有创新思维，或者进行过创新实践的人，并对他们进行了采访。你可以了解到各行各业的精英人士在创新领



域的观点和活动，他们有的来自商界，有的来自一些社会性组织，有的是政府部门的领导者，还有明尼苏达州的修道院的修士和阿拉巴马州蒙哥马利德克斯特大道浸信会教堂的神职人员。他们的故事都非常具有个人特征和独特的代表性，因为创新对人的要求就是：尽最大努力开放思维，接受各种可能，从中找到最适合自己的方式解决问题并获得成功。我们的目的是，让你在了解了别人的故事之后，能从中受到启发，把它们变成自己的东西。这些成功人士的经历和观点，正是我们想要传达给你的思想及其在现实中的具体体现，它们将会对你树立信心、培养创新思维和心智模式产生积极的推动作用。

我们创作本书的目的，是希望读者能通过这些采访和案例，对创新采取真正的行动。我们希望你能像那些伟大的运动员或艺术家一样，时时刻刻保有创新精神，并且一生都致力于创新活动。这本书将会告诉你，每个人都拥有改变人生甚至改变世界的创新潜力，如果我们都能努力克服对陌生事物的恐惧，并且不断培养创新思维和探索精神的话，我们的生活乃至整个世界都会变得更加富有、高效和充满创造力。

在第一章中，我们主要阐释了专注自身行为的重要性，这是在构建创新氛围和文化中非常值得重视，但又容易被忽视的一点。第二章主要讲述了企业和组织发展过程中的盛衰现象对商业活动中探索精神的影响。这一章还介绍了创新思维对个人发展的积极作用，值得一读。第三章深入探讨了即兴创作的方方面面，特别是关于即兴创作的形式和内涵的标准，即兴创作方面的研究和经验也是我们探索精神的重要来源。第四章提出了一些可以运用在日常生活中的创新行为方式，还有关于即兴创作的例子以及一项古老的精神





## 创新者的心智模式

### 培养创新思维的五大行为习惯

实验。第五章揭示了恐惧心态的秘密，通过最近的一些研究，分析人们把恐惧转变为探索行为的成因。第六章对探索精神进行了解构，在这一章中你还会知道为什么我娶了我的妻子。第七章主要讲的是习惯的形成，以及转变行为方式的一些方法和技巧。第八章到第十二章分别讲述了不同种类的创新行为，并且提供了一些实用性的创新方法，你可以在日常生活和工作中运用它们。最后，第十三章对全书内容进行了总结，希望你能将本书中的理念运用到实际生活中。



## 1 Chapter

### 第一章 行为创新有多重要 // 1

每当谈到创新时，人们很容易就会把它转移到一个概念性的、抽象的、高维度的层面上去思考，但是这时候我们通常都忽略了日常行为。在创新体系中，人们的行为，而不只是口头上的行动（虽然语言也很重要），才是决定创新活动结果的关键。

## 2 Chapter

### 第二章 BNW：一场关于恐惧和探索的旅程 // 13

买下 Brave New Workshop（BNW）戏剧剧院，是我和妻子的一次冒险，也是一场关于恐惧和探索的旅程。但是我们成功了。而这种成功没有一种魔术公式或捷径，让我们能够把握并利用机遇的是我们的思维模式和不断尝试一切可能的探索精神。



## 3 Chapter

### 第三章 探索即兴艺术 // 29

在即兴创作领域有很多和我们在原本的工作形成的认知、养成的习惯和常规的行为方式截然相反的东西，但是通用的是探索型思维是即兴艺术的基础。把即兴创作运用到商业领域，你会获得 $1+1>2$ 的惊喜。

## 4 Chapter

### 第四章 实践的艺术 // 39

不仅是对个体，即兴艺术对于所有的组织，无论规模大小，甚至对于整个人类社会，都有很大的价值，原因很简单也很实际：即兴艺术是一种在安全环境中实践关键性行为方式的绝佳途径。

## 5 Chapter

### 第五章 克服恐惧心态 // 51

一旦产生了恐惧情绪，你的内心活动就会取代大脑的理性思考，哪怕是再冷静、自信和有能力的人也是一样。我们的目的，是要让你抛却恐惧，把这种负面情绪转化为一种积极向上的动力，一种能够使你最大程度发挥自我价值，并最大限度把握和利用各种机遇的动力。



## 6 Chapter

### 第六章 剖析探索精神 // 69

我们在创新活动中遇到的最大的敌人，就是这种思维模式——更倾向于关注已知的、处于自己的舒适区的熟悉事物。探索精神和创造力是创新活动的重中之重，你需要离开自己的舒适区，行动起来。

## 7 Chapter

### 第七章 制订增强创新能力计划 // 97

想要实现真正的自我提升和实质性的行为方式的转变，我们必须制订对应的计划，而且这个计划要和日常的生活工作紧密融合。我们需要能够在平时练习和使用新技能、新行为方式的机会。

## 8 Chapter

### 第八章 学会倾听 // 117

五大习惯之一。充分倾听你的合作对象的各种意见和观点的好处之一，就是可以让对方感到被信任和尊重；它还是一种帮你超越现有的理解与认知，了解更多新观念的工具。要多倾听客户和同事的想法，也要多倾听自己内心的声音。



# 9

Chapter

## 第九章 延迟评判 // 137

五大习惯之二。延迟评判带来的好处是可以量化体现的。当我们不再急于做出判断，就为创新活动的下一步创造出了更大的空间。这就像多米诺骨牌一样，要想保持骨牌不倒下，骨牌之间的空间和骨牌本身一样重要。

# 10

Chapter

## 第十章 公开声明 // 149

五大习惯之三。声明在创新活动中起着关键性的作用，因为创新项目不论规模大小、时间长短，都是一个循环迭代的过程，如果有一个良好的开端，那么这种多米诺效应会产生更积极的效果。

# 11

Chapter

## 第十一章 重构观念 // 175

五大习惯之四。为了完成一个目标而寻找新途径的时候，特别是先前的解决方式都没有效果的时候，重构就会发挥最大的作用。偶尔进行重构并不会改变整个创新项目的大方向，相反，它可以在项目推进的过程中优化其效果。



# 12

Chapter

## 第十二章 即刻行动 // 191

五大习惯之五。即刻行动就是开始去做。在现实中，真正跨出第一步之后，感觉会比我们想象的要好得多，问题的关键是，你要有跨出第一步的勇气和决心。只要一开始做某件事，我们就不会再浪费时间和精力去担心自己是否“应该”开始做这件事。

# 13

Chapter

## 第十三章 改变的渴望 // 223

进行创新行为练习的第一步是最真实的、发自内心的对改变的渴望。本书的目的就是为了带给你一些信息，帮助你制订计划，提供一些实际案例，使你成为你想要成为的那个自己。









查德：你在做什么？

梅兰妮：我正在列一个头脑风暴的想法清单。

查德：关于哪方面的？

梅兰妮：布莱德要求团队里的每一个人都要想出我们的产品面向的十种不同类型的目标客户，以及十个新的目标市场。

查德：这应该挺容易想到的吧。

梅兰妮：没错。

查德：他有给你们相关的指示吗？

梅兰妮：还是那几句老话，跳出固有思维模式、不要想歪点子、打破障碍之类的。我用谷歌查一查有什么可写的，怎么样？

查德：那他对你们想的点子有什么限制或要求吗？

梅兰妮：通常来说，方案要符合我们的品牌形象，还要有很高的投资回报率，主要的目标客户群是年龄在26~38岁的母亲，她们的年收入要超过四万两千美元，必须没有违法记录，当然，还要考虑到我们目前的分销渠道以及包装和营销计划。

查德：那你的头脑风暴现在进行的怎么样了？

梅兰妮：目前为止，我的纸上只写了“想法”这一个词。

查德：你已经写了多久了？

梅兰妮：六个小时了。

查德：那你的老板是什么时候下达的任务？

梅兰妮：41天之前。

查德：什么时候截止呢？