

# 玄机设计学

仕掛学

人を動かすアイデアのつくり方

改变人们行为的

「目」松村真宏 著

(Naohiro Matsumura)

创意构思法

袁光 译

中国人

人を動かすアイデアのつくり方

# 玄机 设计学

仕掛学

改变人们行为的  
创意构思法

〔日〕松村真宏 著

(Naohiro Matsumura)

袁光 译

中国人民大学出版社

• 北京 •

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

玄机设计学：改变人们行为的创意构思法 / (日) 松村真宏著；  
袁光译. —北京：中国人民大学出版社，2019.6

ISBN 978-7-300-26956-6

I. ①玄… II. ①松… ②袁… III. ①行为—心理干预—研究 IV.  
① B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 086109 号

## 玄机设计学：改变人们行为的创意构思法

[日] 松村真宏 (Naohiro Matsumura) 著

袁光 译

Xuanji Shejixue: Gaibian Renmen Xingwei De Chuangyi Gousifa

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街 31 号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511770 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

经 销 新华书店

印 刷 天津中印联印务有限公司

规 格 145mm×210mm 32 开本

版 次 2019 年 6 月第 1 版

印 张 5 插页 1

印 次 2019 年 6 月第 1 次印刷

字 数 73 000

定 价 45.00 元

在面对劝解时，人们很难做到从善如流，有时甚至会产生逆反心理。很多时候，我们无法强求别人去做什么或者不做什么，因为这可能不会有任何效果，甚至还会给我们带来麻烦。

然而，这并不意味着一切无法改变。我们可以通过细心的思考、精妙的设计，增加人们的行动选项，“让人们在不知不觉中想要做某事”，从而带来真正有益的改变。

- ◎ 玄机设计是如何让人不由自主地想去  
做某事的？
- ◎ 玄机设计的应用场景有哪些？
- ◎ 玄机设计背后的原理是什么？
- ◎ 如何做出绝妙的玄机设计？

本书是松村真宏教授多年研究成果的精华部分，也是其开创“玄机设计学”后的第一部普及性读本。书中汇集了松村真宏教授精心收集的玄机设计案例，详细剖析了玄机设计背后的科学原理与奥妙，从而帮助读者了解和掌握玄机设计学，学会通过玄机设计来改变人们的行为，进而改善社会行为。

作者简介

## 松村真宏

1975年生于大阪。毕业于大阪大学基础工学院，在东京大学研究生院工学研究专业进修博士课程，并获得工学博士学位。2004年起就任大阪大学研究生院经济学研究专业讲师，2007年晋升为副教授。2004年在伊利诺伊大学香槟分校任客座研究员。2012-2013年任斯坦福大学客座研究员。2017年至今，任大阪大学研究生院经济学研究专业教授。爱好是与女儿做游戏。

阅 想 时 代 | 策 划  
Mind Times Press | 划

责任编辑：张亚捷

策划编辑：张端杰

封面设计：一本好书

欲知更多新书信息、投稿交流

请发送邮件至：[mtpress@126.com](mailto:mtpress@126.com)

阅想时代官方微博：@阅想时代（新浪微博）

阅想时代官方微信：阅想时代

试读结束：需要全本请在线购买：[www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)



阅读成就思想……

Read to Achieve



# 目 录

---

## 引言 玄机设计：让人不由自主地想去做某事 / 001

天王寺动物园的竹筒

用行动解决问题

不假思索的整理法

怎样才能改变人们的行为

勾起人们“命中欲”的小便池靶心

玄机设计的优劣

定义玄机设计的三个条件

玄机设计的用武之地

---

## 01 生活处处有玄机：玄机设计的妙用 / 033

增加人们的行动选项

巧妙的行为引导



玄机设计出奇制胜的效果

玄机设计的两大特征

所有的刺激都会逐渐变弱

行动中心法

玄机设计也会“脱靶”

玄机设计是上帝留给我们的一扇窗

---

## 02 玄机设计的构成要素 / 063

玄机设计的原理

玄机设计的构成要素

玄机设计的两大构成要素：物理诱因和心理诱因

玄机设计的源泉：诱因的组合

---

## 03 绝妙的玄机设计是如何构思出来的 / 111

寻找玄机设计的方法

设计要素的列举与组合

借鉴玄机设计的相关案例

利用行动类似性

利用玄机设计原理

奥斯本检核表法

俄罗斯宇航员用铅笔写字

其他玄机设计案例

**结 语** / 143

**译者后记** / 147

引言

## 玄机设计：让人不由自主地想去做某事

## 天王寺动物园的竹筒

我是一名人工智能研究员，我的主要工作是用计算机统计数据，并从中找出能够影响人们决策意识的要素。2005年的某一天，我忽然意识到“世上还有很多东西尚不能以数据的形式加以利用”。比如说，我们置身庭院时能听到鸟儿的啼叫与风摇树叶的沙沙声，但这些声音并不是数据。对只能处理数据的计算机而言，它就不能理解这些声音意味着什么。

想要避免上述尴尬，就要摆脱对数据和计算机的依赖。其实，我们即使不查阅数据，也能看到路旁悄悄绽放的花朵，听

到鸟儿婉转的啼叫。也许我们需要的并不是计算机和数据，而是能让我们注意到生活亮点的“玄机设计”。

玄机设计能让我们从习以为常的事物中发现精彩与亮点，能让我们了解计算机无法掌控的世界，把日常生活变成有趣的研究对象。

在收集相关案例的过程中，我发现玄机设计是能够辅助我们解决生活中的问题的。而由这种设计产生的学问便是玄机学。

图 0-1 中的竹筒是我在大阪市天王寺动物园的“亚洲热带雨林”区发现的。竹筒附近并没有任何关于它的介绍或说明，所以人们很难知道它是用来做什么的。但既然被摆在那里了，想必一定有其摆放的道理。

这只竹筒让我萌生了“管窥”的想法。它悬挂在距离地面一米高的位置，这样的高度正好适合小朋友上前一探究竟。于是，被勾起好奇心的人们都会驻足观望。我也观察了路过这只

竹筒的游人们的行为。我发现孩子们通过竹筒看到不远处的大象粪便（模型）后都很开心。



图 0-1 天王寺动物园的竹筒

在动物园里，人们很难关注动物以外的事物。这只竹筒设置在通往象舍的小路旁，假如没有这只竹筒，人们就会错过此处的妙趣。天王寺动物园为了再现动物的栖息地和生态环境，便巧妙地设计了很多除动物之外值得观赏的“景观”。

也就是说，竹筒是动物园向游客提示动物之外的看点的玄机设计。

这只竹筒是我最早发现的有纪念意义的玄机设计，它开启了我不要依靠数据、计算机去解决问题的新思路。我认为：想要引人注目，只需把能勾起人们意念的“玄机”设计好就可以了。

现在，我还时常会去天王寺动物园确认那只竹筒是否还在。竹筒构造简单、不易损坏、不必维修，真可谓优点多多。

此后，我在去往各地考察、寻找玄机设计的过程中一共收集到了几百个案例。由于我幸运地把握住了去斯坦福大学搞研究的机会，所以我才能在分析案例的基础上解释玄机设计的原

理。本书便是我的研究成果的精华部分。

## 用行动解决问题

眼前的问题都是我们自己造成的。因缺乏锻炼导致肥胖，只能靠增加运动量来减肥，找别人代劳是不行的；饮食过量、整理乏术也需要通过改变行动来解决问题。

环境、交通等问题都是由我们自身行为引发的，都是个人行为的“问题汇总”。想要解决这些问题，就必须从改变我们自身的行为开始。

虽然缺乏锻炼是个人问题，但不健康的人越多，医疗开销就越大，那社会需要负担的医疗费用也就越高。像日本这种高龄人口直线上升的老龄社会，医疗费用的增长必将成为社会的一个沉重负担。为了防患于未然，我们必须保持健康，做到“独善其身”。



在现实生活中，人们总是长于想象，疏于行动。所有人都知道缺乏运动、摄盐过量对身体不好，但由于这些行为不会让人们立刻就自食恶果，所以人们才放任自流、改不了好吃懒做的恶习。

所以，直接劝诫人们“应该怎样做”是没用的，而应通过诱发人们“不由自主地想做某事”去解决问题，这才是玄机学要去讨论的主题。

## 不假思索的整理法

解决问题的方法不止一个。在此，我以整理为例，先来做个简单的说明。你也可以开动脑筋思考更多的方法。

如果想让人们注意保持环境整洁，在相应位置贴上一张写有“注意保持整洁”字样的纸当然是一种办法，但以我的经验来看，这样的贴纸是不能让环境保持整洁的。要是贴标语有用的话，那人们早就行动起来了。