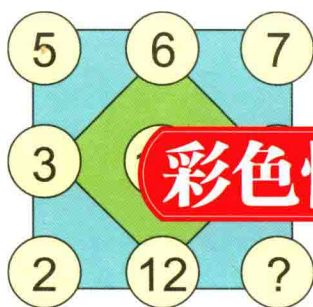
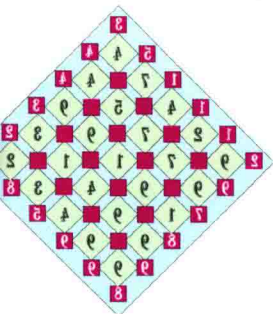
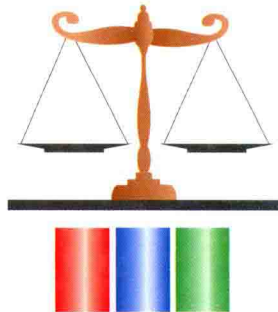




彩色悦读馆



思维风暴

你也可以成为最强大脑

21世纪风靡全球的革命性思维工具

白虹 编著

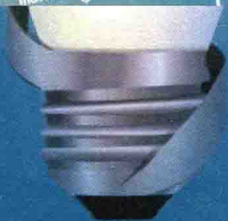
唤醒大脑沉睡潜能 全面激发思维风暴

和全世界聪明人一起思考 打造100%黄金思维



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

你也可以成为最强大脑



图书在版编目 (CIP) 数据

思维风暴：你也可以成为最强大脑 / 白虹编著. -- 北京：北京联合出版公司, 2014.10

ISBN 978-7-5502-3691-2

I . ①思… II . ①白… III . ①智力游戏 IV . ① G898.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 227224 号

思维风暴：你也可以成为最强大脑

编 著：白 虹

责任编辑：徐秀琴

封面设计：彼 岸

责任校对：黄海娜

美术编辑：李 蕊

出 版：北京联合出版公司

地 址：北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 10088

经 销：新华书店

印 刷：北京市松源印刷有限公司

开 本：720mm × 1020mm 1/16 印张：27.5 字数：700 千字

版 次：2014 年 10 月第 1 版 2015 年 4 月第 2 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5502-3691-2

定 价：75.00 元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有，侵权必究

本书若有质量问题，请与本公司图书销售中心联系调换。

电话：(010) 64243832 82062656

目 录

CONTENTS

第一篇 思维影响人生:改变人生的10种黄金思维

第一章 发散思维.....2

第一节 何谓发散思维.....2
第二节 组合发散法.....4
第三节 辐射发散法.....6
第四节 因果发散法.....10
第五节 关系发散法.....13
第六节 头脑风暴法.....15
第七节 特性发散法.....18

第二章 “六顶帽子” 思维.....20

第一节 6种不同颜色的思考帽.....20
第二节 白色思考帽.....23
第三节 红色思考帽.....25
第四节 黑色思考帽.....27

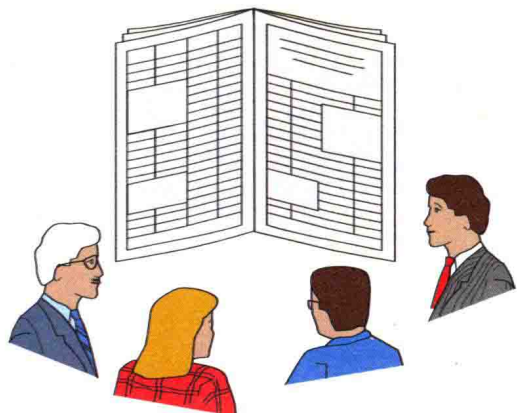
第五节 黄色思考帽.....30
第六节 绿色思考帽.....32
第七节 蓝色思考帽.....35

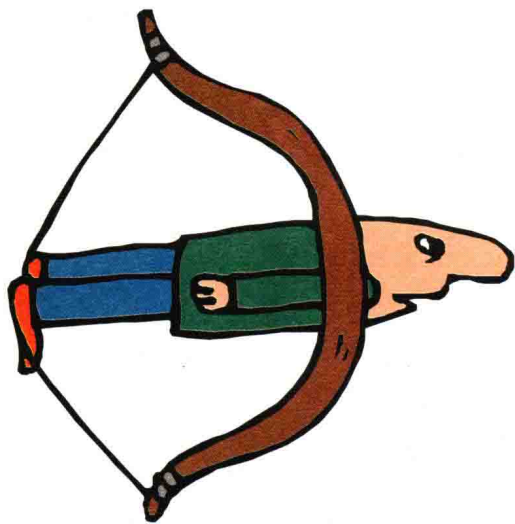
第三章 水平思维..... 38

第一节 什么是水平思维.....38
第二节 Po的含义.....40
第三节 创造性停顿.....42
第四节 简单的焦点.....44
第五节 挑 战.....47
第六节 其他的选择.....49
第七节 概念扇.....52
第八节 概 念.....55
第九节 激发和移动.....57
第十节 激发的出现.....59
第十一节 摆脱型激发.....61
第十二节 踏脚石激发.....63
第十三节 随意输入.....66
第十四节 移 动.....68
第十五节 地 层.....72
第十六节 细丝技巧.....73

第四章 倒转思维..... 76

第一节 什么是倒转思维.....76





第二节	倒转不需要条件	78
第三节	条件倒转	79
第四节	作用倒转	80
第五节	倒转人物	82
第六节	倒转情景	83
第七节	方式倒转	85
第八节	过程倒转	87
第九节	结果倒转	88
第十节	观点逆向	89
第十一节	属性对应	91
第十二节	因果逆向	92

第五章 转换思维..... 96

第一节	何谓转换思维	96
第二节	正面思考和负面思考	98
第三节	视角转换	101
第四节	价值转换	103
第五节	问题转换	104
第六节	原理转换	106
第七节	材料转换	108
第八节	目标转换	109

第六章 图解思维..... 111

第一节	什么是图解思维	111
-----	---------	-----

第二节	图解的类型	113
第三节	为什么用图解	117
第四节	“读图时代”	120
第五节	如何绘制图解	122
第六节	好的图解，不好的图解	123
第七节	提升图解的说服力	126

第七章 灵感思维..... 128

第一节	灵感的特征	128
第二节	灵感的激发和运用	130
第三节	自发灵感	132
第四节	诱发灵感	133
第五节	触发灵感	134
第六节	逼发灵感	136

第八章 形象思维..... 139

第一节	形象思维的作用	139
第二节	想象的创造功能	141
第三节	组合想象	142
第四节	补白填充	144
第五节	删繁就简	146
第六节	取代想象	148
第七节	引导想象	150
第八节	妙用联想	152
第九节	相似联想	154
第十节	相关联想	155
第十一节	相对联想	157
第十二节	飞越联想	159

第九章 类比思维..... 162

第一节	类比法的运用	162
第二节	直接类比	164
第三节	间接类比	166
第四节	幻想类比	168
第五节	因果类比	169
第六节	仿生类比	171
第七节	综摄类比	173

第六节	别走进思维的死胡同.....	183
第七节	放弃小利益，赢得大收获.....	184
第八节	把自己的位置放低一点.....	186
第九节	不要与强者正面交锋.....	187
第十节	阳光比狂风更有效.....	188
第十一节	一屈一伸的弹性智慧.....	189

第二篇

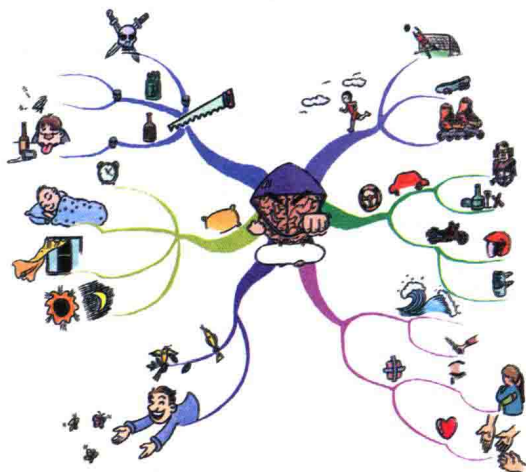
第六节 及时供给正确的“大脑食物” ...207

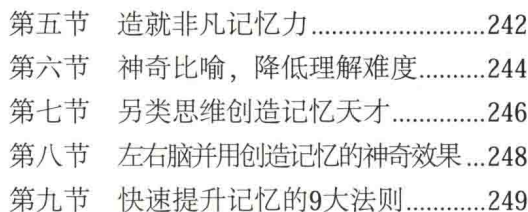
第一节	何谓头脑风暴法	210
第二节	激发头脑风暴法的机理	212
第三节	头脑风暴法的操作程序	213
第四节	头脑风暴法活动注意事项	216

第四章 获取超级记忆 218

第一节	不可回避的遗忘规律.....	218
第二节	改变命运的记忆术.....	220
第三节	记忆的前提：注意力训练.....	222
第四节	记忆的魔法：想象力训练.....	224
第五节	记忆的基石：观察力训练.....	226
第六节	右脑的记忆力是左脑的100万倍....	227
第七节	思维导图里的词汇记忆法.....	229
第八节	不想遗忘，就重复记忆.....	230
第九节	思维是记忆的向导.....	233

第一节	超右脑照相记忆法	235
第二节	进入右脑思维模式	237
第三节	给知识编码, 加深记忆	238
第四节	用夸张的手法强化印象	240





第一节	你的记忆潜能开发了多少.....	252
第二节	明确记忆意图，增强记忆效果..	254
第三节	记忆强弱直接决定成绩好坏.....	255
第四节	寻找记忆好坏的衡量标准.....	257
第五节	掌握记忆规律，突破制约瓶颈..	258
第六节	改善思维习惯，打破思维定式..	259
第七节	有自信，才有提升记忆的可能..	261
第八节	培养兴趣是提升记忆的基石.....	262
第九节	观察力是强化记忆的前提.....	263
第十节	想象力是引爆记忆潜能的魔法..	265

第一节	如何突破工作中的“瓶颈”	267
第二节	如何跨越职业停滞期	269
第三节	如何缓解心理压力	270
第四节	如何摆脱不良的工作情绪	273
第五节	如何保持最佳的工作状态	274
第六节	如何保持完美的职业形象	276
第七节	有效晋升的完美方略	279

第一节	7招把注意力集中到位.....	304
第二节	11步制订完美的学习计划.....	305
第三节	7招强化抗挫折能力，实现 高分	307
第四节	4种方法轻松管好你的时间.....	309
第五节	依靠发散性思维进行发散性的 创造	311
第六节	做符号笔记的7大准则.....	312
第七节	培养观察力的5种方法.....	313

第三篇 跟全世界聪明人一起思考：世界最顶级的314个思维游戏

第一章 语言力思维游戏 316

001 拼汉字	316
002 诗词填数	316
003 纵横交错	316
004 三国演义	317
005 疑惑的小书童	317
006 成语十字格	317
007 一笔变新字	317
008 一台彩电	318
009 几家欢喜几家愁	318
010 成语接龙	318
011 象棋成语	318
012 组合猜字	318
013 串门	318
014 乌龟信	319
015 长联句读	319
016 成语与算式	319
017 一封怪信	319
018 秀才贵姓	319
019 成语加减	320
020 “山东”唐诗	320
021 诗词影片名	320
022 趣味课程表	320
023 断肠谜	321
024 屏开雀选	321
025 环形情诗	321
026 组字透诗意	321
027 几读连环诗	321
028 文静的姑娘	321
029 孪生成语	322
030 水果汉字	322



031 字画藏唐诗	322
032 数字藏成语	322
033 心连心	322
034 人名变成语	322
035 “5”字中的成语	323
036 回文成语	323
037 剪读唐诗	323
038 省市组唐诗	323
039 钟表成语	323
040 迷宫成语	323
041 成语之最	324
042 巧拼省名	324
043 藏头成语	324
044 地名填字	324
045 棋盘成语	325
046 虎字成语	325
047 给我C！给我D！	325

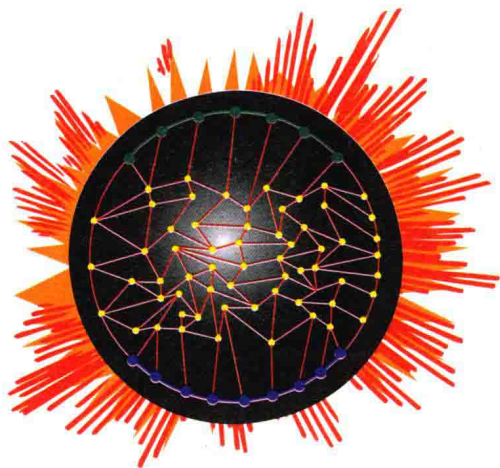
第二章 计算力思维游戏 326

001 九宫图	326
002 数字填空 (1)	326
003 数字填空 (2)	326
004 四阶魔方	326

005 杜勒幻方	327	029 七角星魔方	331
006 排列法	327	030 六角魔方	332
007 完成等式	327	031 完成链形图	332
008 数字谜题	327	032 代数	332
009 保龄球	327	033 路径	332
010 按顺序排列的西瓜	328	034 完成谜题	332
011 下落的砖	328	035 墨迹	333
012 贝克魔方	328	036 房顶上的数	333
013 六阶魔方	328	037 迷宫算式	333
014 八阶魔方	328	038 数字完形 (1)	333
015 三阶反魔方	328	039 数字完形 (2)	334
016 符号与数字	329	040 小狗菲多	334
017 多米诺骨牌墙	329	041 剩余面积	334
018 博彩游戏	329	042 数字难题	334
019 五星数字谜题	329	043 数字圆盘	334
020 送货	330	044 四边形面积	334
021 魔轮 (1)	330	045 总值	335
022 魔轮 (2)	330	046 求面积	335
023 完成等式	330	047 正方形边长 (1)	335
024 合力	331	048 正方形边长 (2)	335
025 魔数蜂巢 (1)	331	049 金字塔上的问号	335
026 魔数蜂巢 (2)	331	050 面积比值	335
027 五角星魔方	331		
028 六角星魔方	331	第三章 判断力思维游戏..... 336	



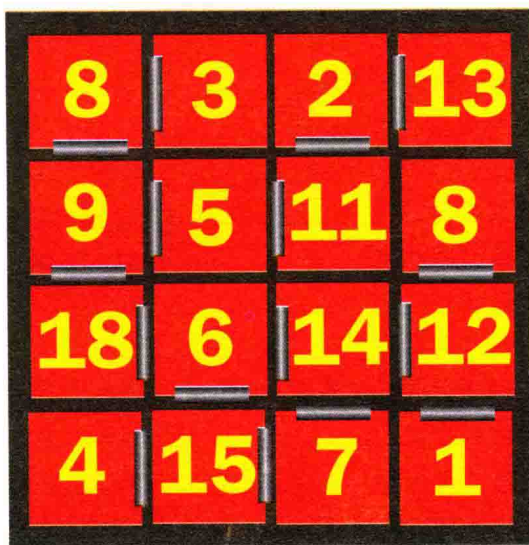
001 不同的图形 (1)	336
002 不同的图形 (2)	336
003 构成图案	336
004 缺失的字母	336
005 星星	337
006 拿掉谁	337
007 对应	337
008 关系判断	337
009 图形复位	338
010 多边形与线段	338
011 共线	338
012 三角形中的点	338
013 星形盾徽	339

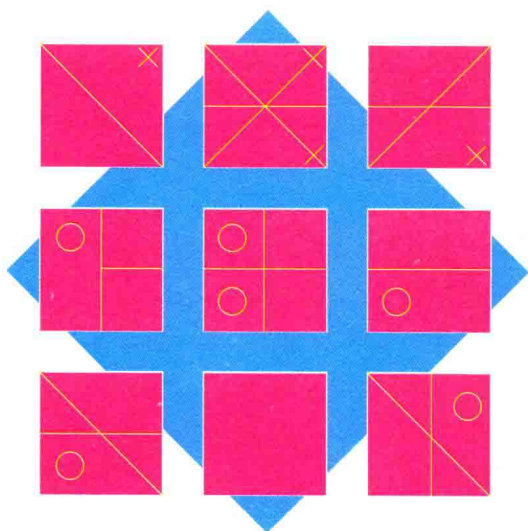


014 拆弹专家	339
015 圆心	339
016 “蜈蚣”	339
017 六边形的图案	340
018 圆圈上的弧线	340
019 麦比乌斯圈 (1)	340
020 麦比乌斯圈 (2)	340
021 错误的等式	340
022 拼图板	341
023 六边形游戏	341
024 不合规律	342
025 正确的图形 (1)	342
026 正确的图形 (2)	342
027 绳子和管道	342
028 贪吃蛇	342
029 最大周长	343
030 金鱼	343
031 判断角度	343
032 幽灵	344
033 垂直	344
034 封闭的环形线路	344
035 麦克马洪的彩色三角形	344
036 永远找不到	345
037 奶牛喝什么	345
038 彩色词	345
039 哪个人最矮	345

第四章 推理力思维游戏.....346

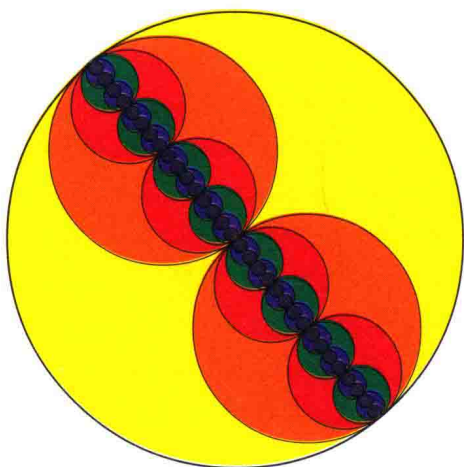
001 数列对应	346
002 分蛋糕	346
003 沿铰链转动的双层魔方	346
004 杂技演员	346
005 猫鼠游戏	347
006 箭头的方向	347
007 发现规律	347
008 正确的选项	347
009 数独	348
010 字母九宫格 (1)	348
011 字母九宫格 (2)	348
012 字母九宫格 (3)	348
013 折叠	349
014 扑克牌 (1)	349
015 扑克牌 (2)	349
016 逻辑图框	349
017 逻辑数值	349
018 组合瓷砖	350
019 帕斯卡定理	350
020 画符号	350
021 链条平衡	350
022 柜子里的秘密	350





第五章 分析力思维游戏 356

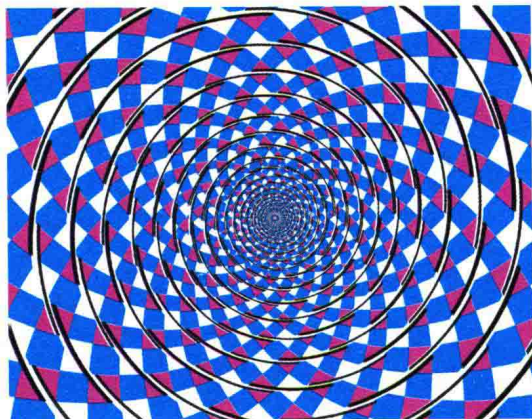
001 更大的正方形	356
002 符号继续	356
003 对应	356
004 另类图形	356
005 完成序列图	356
006 男孩女孩	357
007 色子家族	357
008 数字狭条	357
009 移动的数字	357
010 合适的长方形	357
011 数字板游戏	358
012 液体天平	358
013 精确的底片	358
014 阿基米德的镜子	358
015 篱笆周长	359
016 排列规律	359
017 落水的铅球	359
018 升旗与降旗	359
019 不一样的时间	360
020 火柴光	360
021 猜图	360
022 填图补白	360
023 地板	360
024 蛋卷冰激凌	361
023 连续八边形	351
024 洪水警告	351
025 字母游戏	351
026 下一幅	351
027 对号入座	351
028 取代	351
029 归位	352
030 彼此对应	352
031 填充空格	352
032 选择箭头	352
033 树形序列	353
034 下一个	353
035 铅笔游戏	353
036 外环上的数	353
037 恰当的数字 (1)	353
038 恰当的数字 (2)	354
039 密码	354
040 逻辑数字	354
041 恰当的符号	355
042 解开难题	355
043 最后的正方形	355
044 数字盘	355
045 图形推理	355
046 缺少的数字	355



025 传音管	361
026 图形转换	361
027 对角线问题	362
028 保持平衡	362
029 圣诞节风铃	362
030 半径与面积	362
031 双色珠子串	363
032 发射炮弹	363
033 最近距离	363
034 左撇子，右撇子	363

第六章 观察力思维游戏 364

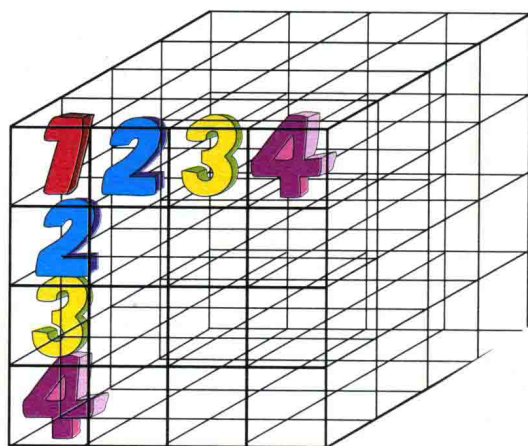
001 中心方块	364
002 灰色条纹	364
003 “十”字	364
004 倾斜的棋盘	364
005 双菱形	364
006 圆圈	365
007 赫尔曼栅格	365
008 改进的栅格	365
009 彩色闪烁栅格	365
010 闪烁的点	366
011 闪烁的栅格	366
012 神奇的圆圈	366
013 闪烁发光	366
014 蓝点	367
015 小圆圈	367
016 线条	367
017 螺旋	367
018 线条组成的圆	368
019 图像	368
020 小方块	368
021 线	368
022 红线	369
023 面孔	369
024 单词	369
025 鱼	369



026 萨拉与内德	370
027 猫和老鼠	370
028 圣乔治大战恶龙	370
029 坟墓前的拿破仑	370
030 紫罗兰	371
031 虚幻	371
032 彩色线条	371
033 高帽	371
034 红色方块	371

第七章 想象力思维游戏 372

001 分割空间	372
002 转角镜 (1)	372
003 转角镜 (2)	372
004 六边形游戏	372
005 完美六边形	373
006 不可能的剖面	373
007 补全多边形	373
008 立方体魔方	373
009 细胞自动机	374
010 重力降落	374
011 肥皂环	374
012 迷路的企鹅	375
013 有向图形	375
014 皮带传送	375
015 镜像射线 (1)	376
016 镜像射线 (2)	376



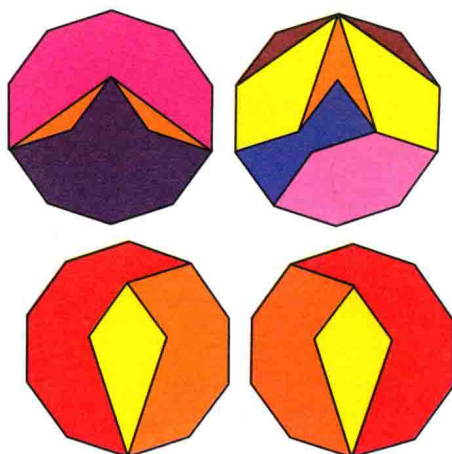
017 八色金属片	376
018 骑士通吃	376
019 彩色多米诺 (1)	377
020 彩色多米诺 (2)	377
021 彩色多米诺环	377
022 彩色积木	377
023 埃及绳	378
024 将洞移到中心	378
025 不相交的骑士巡游路线	378
026 相交的骑士巡游	379
027 折叠纸片	379
028 蛋糕片	379
029 轮子	379

第八章 创造力思维游戏 380

001 清理仓库	380
002 割据	380
003 3个小正方形网格	380
004 十字架	380
005 七巧板	381
006 七巧板数字	381
007 多边形七巧板	381
008 象形七巧板图形	381
009 三角形七巧板	382
010 心形七巧板	382
011 圆形七巧板	382

012 镜面七巧板	382
013 大小梯形	383
014 组合六角星	383
015 闭合多边形	383
016 分割正方形	383
017 给3个盒子称重	383
018 图案上色	384
019 4点连出正方形	384
020 分割L形	384
021 把正方形四等分	384
022 覆盖正方形	385
023 去电影院	385
024 守卫	385
025 填涂图案	385
026 建造桥梁	386
027 增加正方形	386
028 直线分符号	386
029 六彩星星	386
030 重组五角星	386
031 棋盘与多米诺骨牌	387
032 重组等边三角形	387
033 重组4个五角星	387
034 重组七边形	387
035 星形难题	387

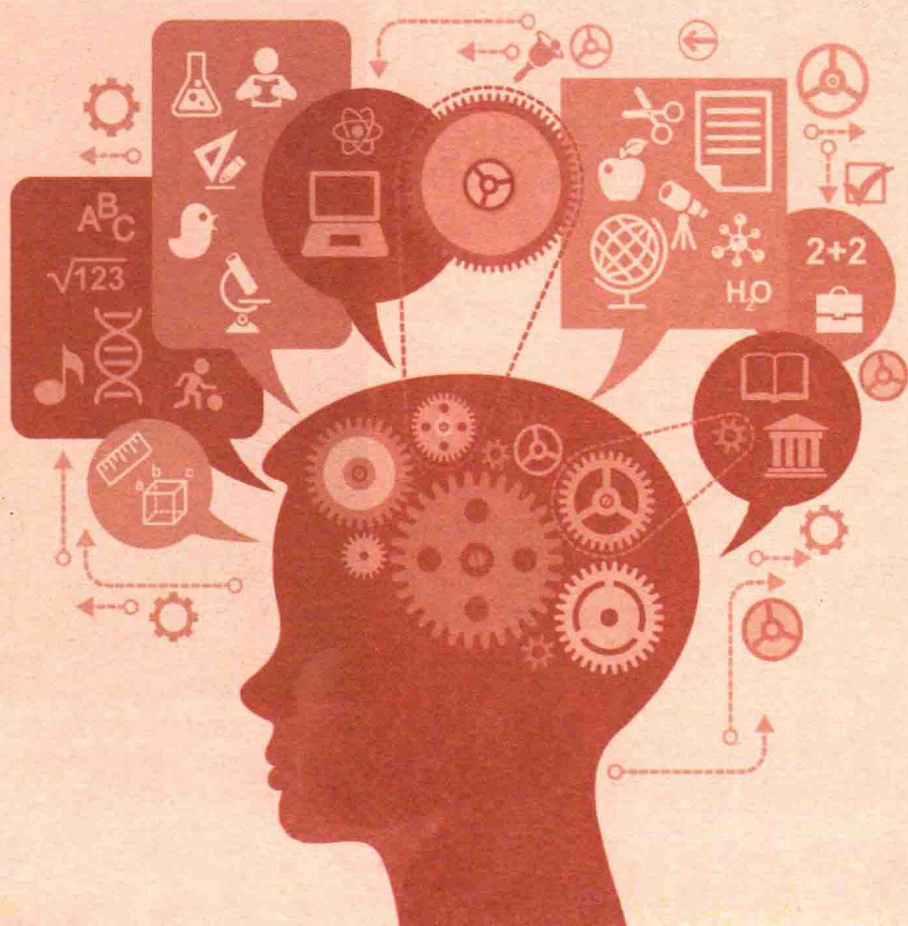
答案 388



第一篇



思维影响人生： 改变人生的 10 种黄金思维



第一章

发散思维

第一节 何谓发散思维

有人曾做过这样的实验：在黑板上画一个圆圈，问大学生画的是是什么？大学生回答很一致：“这是一个圆。”同样的问题问幼儿园的小朋友，得到的答案却五花八门：有人说是“太阳”，有人说是“皮球”，有人说是“镜子”……大学生的答案当然正确，从抽象的角度看确实只是一个圆。但是，比起幼儿园的小朋友来，他们的答案是不是显得有些单调呆板呢？幼儿园的小朋友的那些丰富多彩的答案是不是更值得我们喝彩呢？

心理学家认为，人类在4岁之前的大脑是最具有开发潜能的。随着年龄的增长、知识的增加，人的思维逐渐被束缚住了。人们思考问题的时候局限在常见的、已知的圈子里，不能想到更多的解决问题的方法。一旦现有的条件不能满足常规的解决问题的途径，人们就束手无策了。这就需要我们用发散性思考来开发思维空间。

所谓发散思维，是指根据已有信息，从不同角度、不同方向进行思考，寻求多样性答案的一种思考方式。创新思维的学者托尼·巴赞指出发散思维有两方面的含义，一方面是来自或连接到一个中心点的联想过程，另一方面是指思维的爆发。这种思考方法不受传统规则和方法的限制，要求我们遇到问题的时候尽可能地拓展思路。发散思维的意义在于找出多种可能性。思路越广阔，想到的解决问题的方法就越多。我们可以从众多的可选项中找出最佳途径。

一个思想呆滞的人不可能在某个领域做出太大的成就，科学家的新发明、商人的新点子、艺术家



■ 达利的这幅超现实主义公寓绘画十分强调色彩的表意功能，它既可以被看作是屋子，也可以被看作是人头像。



的新创造大部分是通过发散性思考取得的。发散思维要求我们思考问题的时候从一个问题出发探求多种不同的答案。美国著名的心理学家吉尔福特在研究创新思维的过程中指出，与创造力最相关的思维方法就是发散思维。吉尔福特认为，经由发散性思维表现于外的行为即代表个人的创造力。也就是说，你的思维越灵活，说明你的创造力越强。

有人曾请教爱因斯坦：“你和普通人的区别在哪里？”爱因斯坦把普通人的思考比做一只在篮球表面爬行的甲虫，他们看到的世界是扁平的；而他自己的思考则像一只飞在空中的蜜蜂，他看到的世界是全方位的、立体的。

缺乏发散性思维的人总是想到一个思路之后就不再思考了，得到一个说得通的解释就不再去探索其他的解释了，这样就养成了懒惰的思维习惯。要想养成发散性思维的习惯，可以从发散性思维的3个特性入手进行训练。

首先，发散性思维具有流畅性，可以让你在很短的时间内产生大量的思路。

如果你的思维的流畅性很好，你的思路就如行云流水，创意迭出。心理学家克劳福德建议我们用属性列举法来训练思维的流畅性。简单的训练方法如下：

1. 用你能想到的所有定语形容某一个名词。
2. 想出一个故事的多个结局。
3. 给一个故事拟定多个标题。
4. 用给定的字组成尽可能多的词，或用给定的词语组成尽可能多的句子。

其次，发散性思维具有变通性，非常灵活，可以让你自由驰骋。

变通性要求你重新解释信息，强调跨域转化，即用一种事物替换另一种事物，从一个类别跳转到另一个类别。转化的数目越多、速度越快，转化能力就越强。比如，针对“砖头有什么用途”这个问题，你回答“可以盖房子、可以垒一堵墙”，其实，这样的回答是把砖头限制在建筑材料这一个门类里了。如果回答说砖头可以用来做磨刀石，这就跳转到别的类别里了。

训练变通性可以提高人们触类旁通的能力。简单的训练方法如下：

1. 说出给定的定语能够描述的所有东西。
2. 对给定的一系列词按照一定的类别进行组合。比如蜜蜂、鹰、鱼、麻雀、船、飞机等，按照飞行的、游水的、凶猛的、活的等类别进行组合。

最后，发散性思维具有独特性，可以让你别出心裁地产生不同寻常的想法和见解。

独特性的意思是指这种思维方式是唯一的、非凡的、别人想不到的。独一无二的思维方式可以得到意想不到的结果。独特性建立在流畅性和变通性的基础之上，可以说流畅性和变通性是途径，独特性是结果。只有产生大量的、不同类别的思路，才能从中找到能够出奇制胜的创造性想法。

此外，发散性思维还要求我们敢于提出新观点和新理论。现成的、固定的答案是发散性思考的最大障碍，如果你敢于对现有的答案提出质疑，也许能够另辟蹊径找到更加便捷、更加有效的方法。例如，著名数学家华罗庚上中学的时候就曾经大胆地对权威理论提出质疑，

结果他证明了一位数学教授的公式推导有误。

发散性思维对于创新有非常重要的意义，由它可以派生出很多具体的方法和技巧。一些研究者提出可以用组合发散法、辐射发散法、因果发散法、关系发散法、头脑风暴法和特性发散法这6个方法进行发散性思考。这些方法对解决日常生活中的问题非常有效，可以帮我们找到一些小窍门。

注意 事项

1. 发散思维不能像逻辑思维一样帮我们做出判断，它只能帮我们找到解决问题的切入点。
2. 如果运用发散思维之后没有解决问题，说明你没有找到正确的切入点。这时不应该泄气，而应该对自己的思考进行反思，也许纠正错误之后就能找到解决问题的途径。

尽可能多地写出砖头的用途。

开动
你的脑筋

第二节 组合发散法

你玩过拼图游戏吗？一张图被分割成很多小块儿，你需要把那些小块儿拼凑起来，组合成一张完整的画面。我们的大脑在思考一个问题的时候，也是通过逻辑思维将与思考问题相关的各种因素组合起来，运用综合我们可以进行发明创造，运用分析我们可以全面地、完整地考虑一件事。

组合发散法，顾名思义就是将不同的事物组合起来，从而创造出新的事物的一种思考方法。发散的方向应该是全方位的，包括正向、逆向、纵向、横向，必要时还要进行三维立体思维、多维空间思维。

组合发散法是发散思维的一种，虽然强调发散，但是并不是没有原则地漫天撒网。就像玩拼图游戏一样，如果忽略事物之间的逻辑关系，就不能组合成一张完整的图。我们想到的事物必须属于一个系统，可以构成一张“图”。因此在进行组合发散的时候要考虑事物的价值，对事物进行选择。