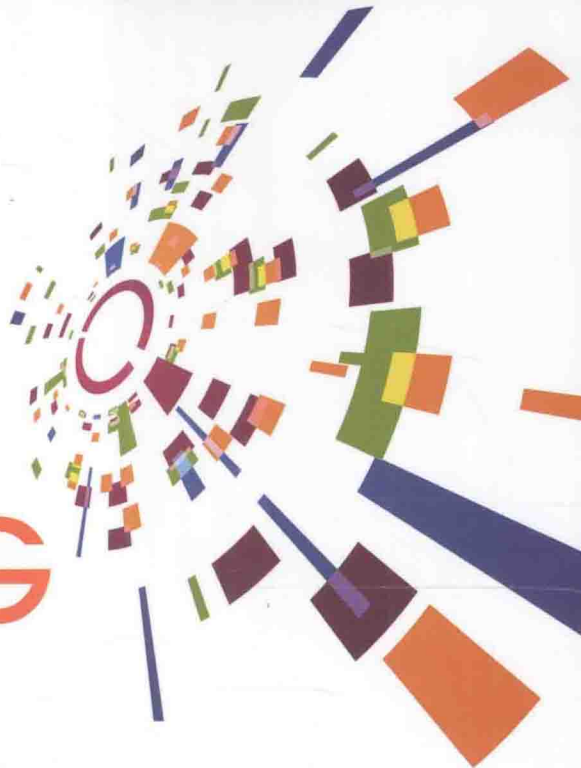




发“24698”到
106900292251
成为世纪畅优会员，可免费阅读
更多图书前三章。



SPEED THINKING

HOW TO THRIVE IN
A TIME-POOR WORLD

动脑2分钟， 解决问题好轻松

(美) 肯·哈德森 (Ken Hudson) 著
张煜译

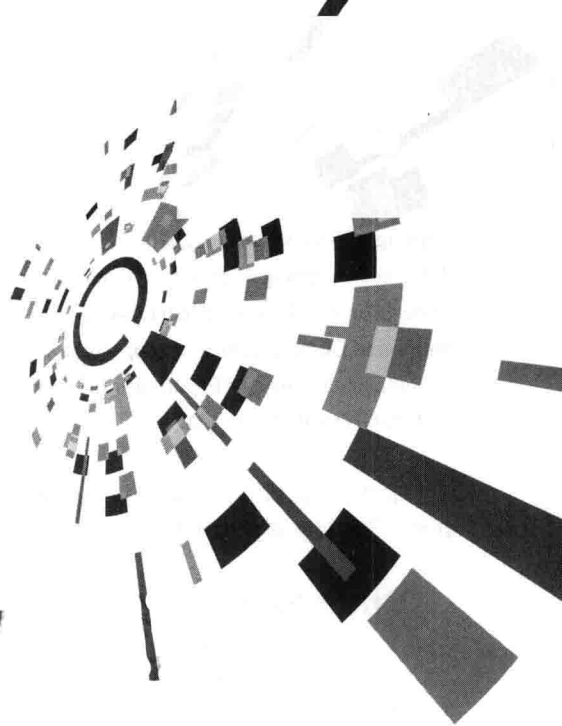
2分钟，你可以做些什么？



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

SPEED THINKING

HOW TO THRIVE IN
A TIME-POOR WORLD



动脑2分钟， 解决问题好轻松

(美) 肯·哈德森 (Ken Hudson) 著
张煜译

电子工业出版社
Publishing House of Electronics Industry

Speed Thinking: How to Thrive in a Time-Poor World

by Ken Hudson

Copyright © Ken Hudson, 2010

Published by arrangement with Allen & Unwin Pty Ltd, Sydney, Australia

through Bardon-Chinese Media Agency

Simplified Chinese translation copyright © 2015

by Publishing House of Electronics Industry

ALL RIGHTS RESERVED

本书中文简体字版由 Allen & Unwin Pty Ltd 授权电子工业出版社独家出版发行。未经书面许可，不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何内容。

版权贸易合同登记号 图字：01-2014-6042

图书在版编目(CIP)数据

动脑 2 分钟，解决问题好轻松 / (美) 哈德森 (Hudson, K.) 著；张煜译. —北京：电子工业出版社，2015.1

书名原文：Speed Thinking: How to Thrive in a Time-Poor World

ISBN 978-7-121-24698-2

I. ①动… II. ①哈… ②张… III. ①创造性思维—思维方法 IV. ①B804.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 257736 号

策划编辑：晋 晶

责任编辑：王莞朕

印 刷：三河市鑫金马印装有限公司

装 订：三河市鑫金马印装有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编 100036

开 本：720×1000 1/16 印张：11.75 字数：132 千字

版 次：2015 年 1 月第 1 版

印 次：2015 年 1 月第 1 次印刷

定 价：32.00 元



凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888。

质量投诉请发邮件至 zltz@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线：(010) 88258888。

前言

什么是极速思考 (Speed Thinking)

极速思考可以使每个人或每个团体加快自己思考及行动的速度。

如上述的定义所言，极速思考的目的就是，在最短的时间内创造出价值。所以，极速思考：

- 是一种强大的、全新的思维方式；
- 是一种让你快速做出决策的方式；
- 更是一种可以被快速地导入的新技术；
- 让整个会议程序变得更简洁、更高效；
- 可以帮你达到工作与生活的平衡点。

极速思考可以应用于解决日常问题、激发创新想法，以及做出决策。企业家，特别是中小企业的领导者，可以将极速思考应用在主持会议、项目管理、客户服务、产品策划，以及焦点小组讨论之中。极速思考的模式可以说打破了人们以往认为的速度与品质的矛盾状态。在本书中，

我将深入阐释，加快思考速度不但可以提高产品质量，还可以让你更高效。

就我个人的经验来看，极速思考是很自然的。然而在我们所接受的教育中，思考却演变成必须按部就班、不能莽撞行事的过程。但是十分讽刺的是，当我自己的女儿在做数学练习题时，她一再运用一些快捷的运算方式来得到答案。当我还在扳着手指，傻傻地用加减乘除的传统方式得到第一题的答案时，我女儿早就气定神闲地准备算下一道题了。同理，我个人认为，极速思考可以激发现代商业人士或学生更迅速地达到自己的目标潜力。

但是我并不是一味地要推翻传统的思考体系。传统的思维方式还是可以应用在一些较为复杂、同时也需要更多深入考虑的问题上，特别是一些需要从长计议的重大决策。不过，也有不少证据表明，越是困难的决策，就越应该依赖个人的直觉来做出决断。

极速思考可为传统的思维方式增添不少益处，但是终究不能取代传统思考。如果一个人可以根据时间长短和拥有的资源多寡选择最适合当前状况的思维方式的话，就完美了。如同中国的阴阳思想一样（阴代表的是沉稳，阳代表的是迅速），两种思维相互独立，又相互补充，可以组成一个完整的思维体系。举例来说，你是不是有过在遭遇困境时，突然灵光一闪的经历呢？所以说，极速思考可以提供一种比传统思维方式更有能量、更有活力，同时更加积极的思维方式。

极速思考的核心在于，它可以让你根据拥有的时间长短、当前的情

况或个人喜好来调节思考的步调。这样你就可以掌握更多的时间，生活也可以过得更悠闲。表 0-1 列出了传统思维方式与极速思考的差别。

表 0-1 传统思维方式与极速思考的差别

传统思维方式	极速思考
■ 凡事求正确	■ 马上展开思考
■ 可以赢得辩论	■ 创造出动能
■ 基于批判性分析	■ 运用潜意识
■ 不可仓促	■ 加速思考，可将一些不必要的想法或解决方案排除在外
■ 为专家及高等教育人员所用	■ 每个人都可以极速思考
■ 认真，理性，客观	■ 充满能量

极速思考是人人可以习得的技能，而且可以在长期的练习中得到提高。虽说有的人的确可以比别人思考得更快，但是在我所参与的每次研讨会中，我还没有遇见过学员在掌握方法、得到鼓励、经过练习后，仍无法学会极速思考的。

极速思考几乎拥有所有的好处。它在你的本能上加上了思考的框架，在分析能力上加入了速度。在马尔科姆·格拉德威尔（Malcome Gladwell）著名的畅销书《眨眼之间》（*Blink*）里，他提出了很多人在自己熟悉的领域根据本能做出又快又好的决策的例证。但是，马尔科姆·格拉德威尔并没有深入介绍这样的模式该如何应用在每个人身上。而极速思考适用于每个年龄层的人们，可以在极短的时间内，特别是在时间压力极大的前提下，帮助你及你的团队得到令人诧异的成果。图 0-1

是极速思考体系的概览。

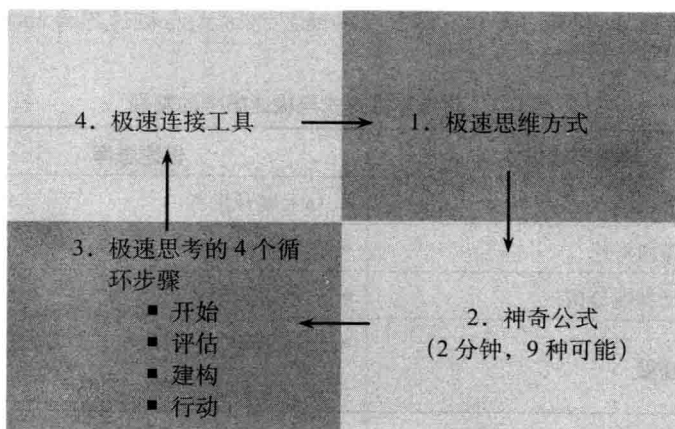


图 0-1 极速思考体系概览

深入探讨极速思考

在我获得组织创意学（Organization Creativity）的博士学位之后，我创立了一家创意思考及创新管理咨询服务公司。在这5年间，我曾与世界知名企业经理人共事。我发现，当我在思考的条件上特别加入时间压力这个参数之后，反而会得到更为优秀的结果。

根据这个观察得出的结论，在之后的共事中，我刻意缩减了给经理人解决问题的时间。因为我发现，不论我给的时间限制是4小时还是3小时，其实结果没有太大的差别。即便把时间缩短为2小时，结果也差不多。所以只要充满能量和创意，所有参与者都会更专注在解决问题这



个方向上。当我不断地缩减时间，我不由得问自己：每个人或每个团体解决问题所需要的最短时间是多长呢？

我的答案就是：只需2分钟。

没错，你没有看错，120秒，你就可以解决一个问题。经过不断的检验，我得到了这个2分钟的结论，而在这么短的时间里，诸多研讨会参与者都可以得出十分惊人的成果。在接下来数以百计的研讨会中，我特别在时间参数上加以微调，同时建立了极速思考的体系，其中包括：

- “2分钟，9种可能”的架构；
- 极速思考的4个循环步骤（开始、评估、建构、行动）；
- 一种全新的极速思考工具——极速连接，这足以应对各种状况。

以上内容都会在本书里一一讨论。除此之外，本书还会有几个特定的章节讨论头脑风暴、解决问题及做出更快更好的决策。这些方法可以用在每个人的生活中，并让你的人生有重大的改变。

本书的目标读者

本书适合在企业里想解决眼前困境的经理人——用更少的资源（时间、金钱、人力等）做更多的工作（比如，完成更多的工作量和销售量，促进企业成长，完成企业目标，推动企业变革，改善企业竞争力等）。只知道用更长的工时和更努力地工作不是长久之计，这只能让工作环境充满压力和倦怠。所以，借助极速思考，可以让每个人都更有效率地

工作，而不是越工作越苦闷。如图 0-2 所示。

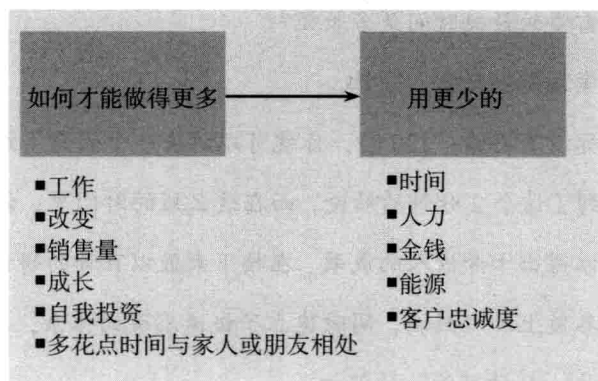


图 0-2 每位职场人士目前所面临的最大挑战

本书更适用于想要快速取得成就的人士。如果你总是一味地拖延了事，那么本书可以协助你成为一位更有自信的决策者。如果你总觉得时间不够，想更快速地做出决策，极速思考一定会对你有所帮助。所以，无论是企业经理人、团队领导者、中小企业主、教练、老师、企业顾问、人力资源专员、父母，甚至是学生，大家都会发现，极速思考是一种全新的技能，可以协助你改善现状。

极速思考的益处

极速思考可以带给每个人的益处在于：

- 提高生产力；
- 降低拖延误事的可能；

- 让会议不再议而不决；
- 培养创意及创新能力；
- 更快速地做出决策；
- 觉得自己充满能量；
- 得到更好的考试成绩和读书效果；
- 让自己的大脑多运动。

研究例证

普林斯顿大学埃米莉·普宁（Emily Pronin）及丹尼尔·瓦格纳（Daniel Wegner）的研究指出，以更迅速、更简单的方式思考，将对你的情绪及能量有正面的影响。极速思考会让你体会到类似于完成有氧运动之后的感受。

本书的结构

第一部分主要讲述的是极速思考的理论及架构，在第1章里我会介绍当今世界快速变化的9种动因。正因为我们周边环境的急速变化，迫使我也要同样地成长。所以为了居于领先的地位，我们必须更快地思考。

从这个角度来看，极速思考是让我们适应这个飞速发展、时间短缺的世界的不二法门。

第2章和第3章主要介绍极速思考的运作模式，让每个善用极速思

考的人可以在2分钟内想出9种可能。而这看似十分困难的任务与4个循环步骤（开始、评估、建构和行动），其实就是极速思考的核心。

本书的第二部分主要介绍我个人研发出来的极速思考工具，也就是极速连接（Speed Link）。在这个工具里，我导入了视觉上的设计，这样可以让每位初次接触极速连接的人，都能马上让自己的想法与这个工具连接起来，然后将自己的想法转换成一个十分有力的观念，之后向外延伸，创造出各种方案。第4、5、6章介绍如何用这个新方法搜寻创意，做出更快更好的决策，解决眼前的问题。第7章阐述了只要运用得当，极速思考可以帮你在你的生活、职场或学业上取得成功。

生活中，你常常会遇到一些特别的时刻，让你必须在最短的时间里做出正确的决策；在生意上，你必须在极短的时间里对对手策略做出响应；在会议上，当你被提问，需要立刻做出回答。如果你是学生，你可能需要在讨论课上提出意见，或者在考卷上写申论短文。如果你只经过传统的思维训练，你将无法在这么短的时间里做出十分吸引人的回应。所以，每个人都需要这项全新的工具——极速思考。

极速思考还可以帮助你尽早起步。在接下来的2分钟里，你就可以开始解决问题，还可以从当前的问题中延伸出9种不同的想法。本书将对改善个人的思考逻辑及思考速度有极大的帮助，同时可以为你省下更多的时间。时间就是最珍贵的礼物。千万不要浪费了接下来的2分钟，它将带你开始更高效、更快乐的人生！

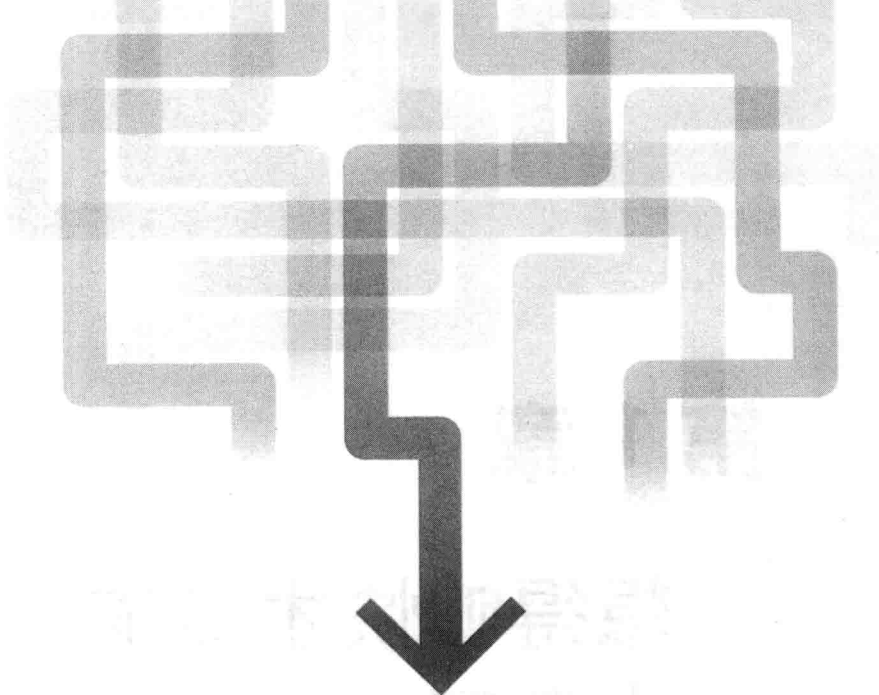
目 录

第一部分 了解极速思考

第 1 章 想得够快才能够生存下来	2
第 2 章 释放 2 分钟的魔力	15
第 3 章 极速思考的 4 个循环步骤	32

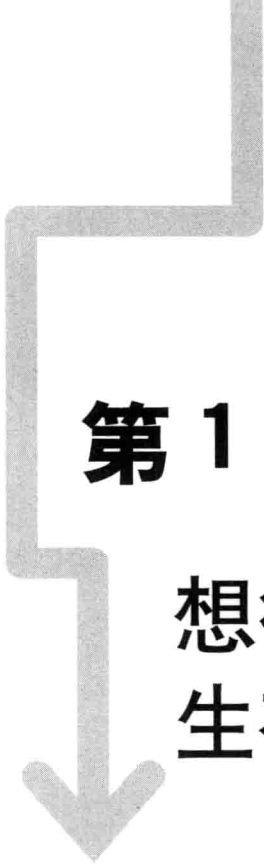
第二部分 极速思考的工具：极速连接

第 4 章 利用极速连接进行头脑风暴的 9 种方法	50
第 5 章 利用极速连接做出优良决策的 9 种方法	77
第 6 章 利用极速连接解决问题的 9 种方法	105
第 7 章 利用极速连接快速成功的 9 种方法	133
第 8 章 关于极速思考的常见问题	162



第一部分

了解极速思考



第 1 章

想得够快才能够 生存下来

在这个世界上，最危险的事，是你不懂得进化！

——杰夫·贝佐斯（Jeff Bezos），

亚马逊集团 CEO

150多年前，英国生物学家达尔文（Charles Darwin）的著作《物种起源》（*On the Origin of Species*）问世了，这本书已成为近代生物进化史的圣经。他所提出的理论是，物种历经世代的交替，最后所存活下来的就是经过自然淘汰后物竞天择的结果。在这本书的第五版中，他使用了这样一句话：适者生存。这句话充分描绘出物竞天择的大自然选择流程，其中的含义在于，只要某一个体可以更“适应”（特别是自己身处的环境），那么这个个体可以存活下来的机会就比别的个体大得多。从另一个观点来看，如果环境是不断变迁的，那么你就要调适自己，让自己在这个环境中存活下来。

在这里我想把达尔文的理论做另一种诠释，变成一个全新的观念：“极速思考者才能生存下来！”只有加快自己的思考速度，我们才可以在这个快速变化的环境里存活下来。

现在，我们不得不承认，我们生活和工作中的许多方面都在快速变化。大多数现代人的生活节奏只会越来越快，而不会变慢。所以我们应该让自己适应这样的快速变化，让自己的思考速度追上高速变化的现代环境。幸运的是，在我们身处的环境中已经有很多工具可以协助我们快速思考。但是其中最需要的便是，转变个人心态，更新思维方式。

快速变化的9种动因

现在，让我们进一步讨论一下环境快速变化的9种动因。

1. 这是一个宽带的世界

还有人记得利用电话拨号上网的时代吗？电话拨号上网速度慢，程序又十分复杂，有时还会不小心就断线。但是在今天的世界，我们享受着宽带上网的速度，可以大量地上传或下载庞大的资源，这些花费的时间只是在转瞬之间。使用宽带，我们可以更快速地得到我们想要的资讯，享受一些以往所不能想象的便利，如视频会议、线上影音交流、互动式的电玩游戏及即时的语音连接等。我们在宽带上得到的便利越多，就越希望在宽带网络上做更多的事，得到更多更快速的便利服务。在高科技行业里最为人熟知的就是“莫尔定律”，这是由英特尔公司的创始人之一高登·莫尔（Gordon Moore）在 1965 年提出的理论。在高登的预测模式里，集成电路晶片上可容纳的电晶体数目约每两年便会增加一倍。而在 45 年之后，这个道理仍符合事实。

更多的网民和更多的互动创造了乘数效应。如果印度发生了洪灾或暴乱，整个世界都可以马上通过网络了解这些事件的缘由。有越多的人利用网络获取资讯，整个世界就越紧密地结合在一起，形成更快速、更充实的资讯流和信息流。

除此之外，短信也是快速发展时代的一项产物。手机的普及率越来越广，再加上发短信的成本远比打电话便宜，使得越来越多的人乐于将短信作为沟通方式。而且很多人都希望在他们发完短信之后对方能即时回复，所以沟通变得越来越快速。

2. 社交网站及职业网站的发展

另一项影响信息传播和沟通速度的发展就是社交网站和职业网站的迅速成长。想想这几年来推特 (Twitter)、脸书 (Facebook)、聚友网 (MySpace), 以及职业社交网站 LinkedIn 等发展的例子。这些社交网站可以让人们创造并保持联系, 这也代表着, 你传递信息的速度越快, 以你为中心的社交网就能更快地共享这些信息。而当你的社交网与别人的社交网有交集时, 信息的传递就会创造出指数增长的效应。有可能你現在说的一句话, 在下一秒就会被传递到世界的各个角落。

3. 消费者期待越来越快的服务

也许就是基于网络世界的极速效应, 很多消费者会希望当自己处于没有网络的世界时, 问题还是可以在最短的时间内得到响应和处理。时间宝贵, 在银行、保险公司、超市、邮局里排队与已习惯快速响应的消费者世界格格不入。很多时候, 店家满足客户需求所需的时间已成为影响消费者选择的关键因素, 而产品的品质及价格反而不是优先考虑的选项。消费者不愿意再花费很长时间在店面里苦等。消费者希望得到价位合理且优质的产品, 但他们更希望马上就可以享用到产品。现在的消费者都期望商家可以运用先进的技术, 提供更快速、更优质的产品 (就像现在越来越多的银行推出网络银行服务)。

4. 最新信息弹指可得

就在我写这本书的时候, 我也常常在网上查询相关的资料, 搜索一