

蔡劲松◎著

思维导图 应用魔方

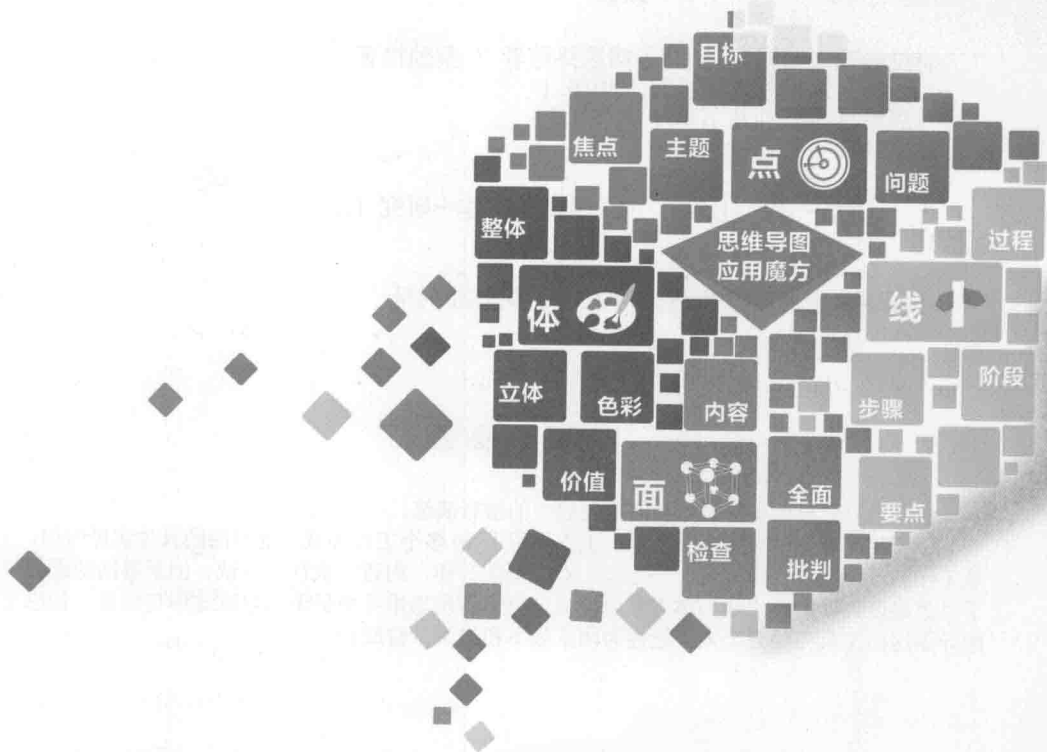
——商务问题终结者

职场思维导图具体实操应用书

覆盖10多个工作领域的200多个思维导图应用模版
工作中“想、说、写、做”的思维导图应用呈现
职场写作、沟通、执行、创新的“点线面体”系统分析
……

“思维”大放送
淡化思维导图本身
突出应用思维导图的思维过程与结果
帮你职场减压，还你品质生活！

史上最实用
思维导图



蔡劲松◎著

思维导图 应用魔方

——商务问题终结者

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

思维导图应用魔方：商务问题终结者 / 蔡劲松著
— 北京：人民邮电出版社，2015.1
(思维导图系列丛书)
ISBN 978-7-115-37305-2

I. ①思… II. ①蔡… III. ①商务工作—研究 IV.
①F715

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第254864号

内 容 提 要

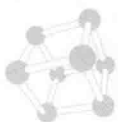
本书为思维导图应用魔方在商务问题中的精彩演练。

作者从思维导图应用实战入手，重点介绍了10多个工作领域思维导图的具体实操应用，从工作的“想、说、写、做”等方面，对常见的写作、沟通、执行、应试、创新等活动进行了“思维魔方”的“点线面体”系统分析，突出应用思维导图呈现的思维过程与结果，让思维导图这门工具为提升个人，进而为团队效率和组织效益服务。

-
- ◆ 著 蔡劲松
责任编辑 张慧芳
责任印制 程彦红
 - ◆ 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>
北京精彩雅恒印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本：700×1000 1/16
印张：18 2015年1月第1版
字数：266千字 2015年1月北京第1次印刷
-

定价：45.00元

读者服务热线：(010)81055488 印装质量热线：(010)81055316
反盗版热线：(010)81055315



前言

21 世纪是信息和移动互联网时代，庞杂的社会信息和数据让我们的大脑不堪重负。寻求一种高效工具让自己的工作、生活、学习运转顺畅，是每个人都迫切期望的。我们缺少的不是知识，而是高效整合知识的方法。

我国引进思维导图工具在 20 世纪 90 年代末，目前全世界已经有近 3 亿人在使用思维导图。思维导图是一种梳理与启发思维的创新工具，它的魅力不仅仅是可以画出漂亮的图，更多的是用它梳理出来的思维框架能帮助我们工作与学习。

2013 年受多贝网的邀请，我制作了思维导图职场系列的线上课程，有多名来自全国各地的学员在线付费学习，他们支付的学费我全部捐献给了联合国儿童基金。这个课程内容也得到了很多学员的肯定，让我更加兢兢业业地完善新的方案、录制新的内容，希望帮助更多思维导图爱好者提升实际应用能力。同期课程也在优米网进行了在线录播，从 2013 年 10 月开讲以来，截至 2014 年 6 月 30 日，超过 6 000 人次进行付费学习，一度占据优米网综合排名的第 12 名，职场类课程排第 7 名。

1996 年，我曾用星火图记忆英语与其他学科的考试内容，效果很好。2002 年接触到 MindMapper 软件后，知道这个工具叫“思维导图”，然后找到了创始人托尼·巴赞的《思维导图》书籍，同时也进一步完善了个人的星火图模式学习方法。我的职业是管理咨询，思维导图在我的工作与学习过程中起到了非常关键的作用。

2008 年我开始把思维导图的方法导入到青少年学科的学习过程中，2011 年出版了《小学思维导图应用魔方》，该书作为与学科结合介绍思维导图应用的专业书籍，被全国近 50 所学校选为了思维导图学习教材。

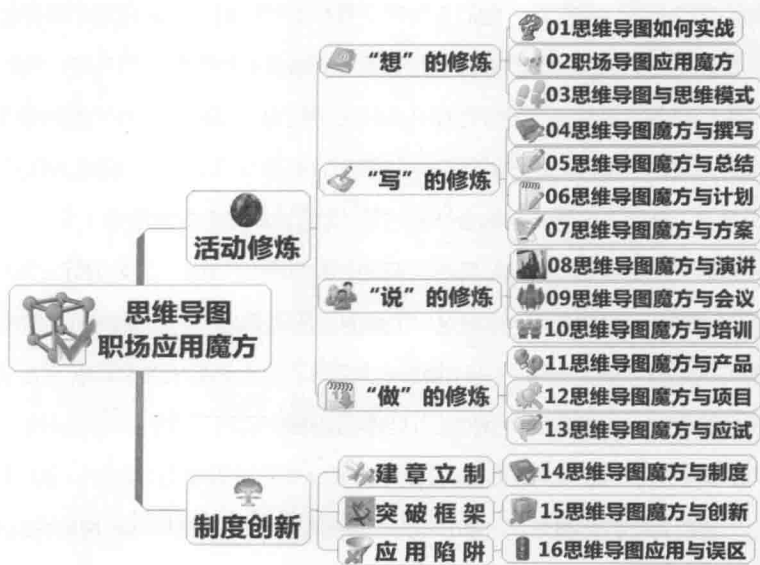
本书选取的职场思维导图商务应用部分，也曾为中国移动（广东）、建设银行（天津）、鲁花集团、华利集团、冠雅电器、鸿宝电业、铭瀚汽配、韩后美容、德伦口腔

等众多企业服务，取得了很好的商务应用效果。

这本职场思维导图应用魔方不仅教大家怎样绘制思维导图，还采用独创的拥有独立版权与商标专利技术的“思维魔方法”，教学习者把思维导图应用到职场商务过程中，同时应用“四步导图法”进一步降低学习思维导图的难度。

《思维导图应用魔方》商务应用的内容，不仅弥补了多贝录播课程中不足的地方，同时方便学习者随时随地参照书中提示的方法学习思维导图，提升工作效率，让工作更轻松、更快乐。

本书为思维导图应用魔方的职场商务应用篇，重点介绍“思维魔方法”，通过可视化思维魔方的解剖与分析，让读者在商务应用中感受到思维魔方的魅力，感受到系统化、可视化学习思维魔方为解决商务问题带来的终极影响力！



蔡劲松



序

“不求甚解，走马观花”是我的阅读习惯，除了有些关键性的重要资料会个别处理。信息化社会，我们阅读的对象已是汗牛充栋——纸质的、电子的，各种渠道的信息琳琅满目、泛滥成灾！没有必要也没时间完全阅读这些信息和内容。我们可以根据自己的喜好，选择与工作、生活、学习有关的信息进行高效阅读。为提高大家阅读本书的效率，提供几种阅读方法供大家参考。

1. 走马观花阅读

选择这本书，翻开目录，挑选自己想看的章节进行阅读，不求甚解，即可轻松愉快地收获相关的章节知识，快速完成本书要点的阅读。

2. 碎片式阅读

在路上、车上、咖啡厅等不同场合，信手翻阅，放松一下思维，给紧张的工作、生活与学习增加一种别样的休息方式。

3. 实战演练阅读

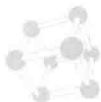
针对自己喜欢的或者感到困扰的章节，按照书中提示的方法，结合个人生活、学习与工作现场的案例，手脑并用，进行思维导图可视化应用。遇到困扰也可以加入思维导图的相应圈子、群体探讨交流，加深对思维导图应用的理解。

4. 按需阅读

看目录选择自己感兴趣的章节，跳过其他章节。本书从第4章到第15章每章节都是相互独立的，也可以和“想、说、写、做”构成一个活动整体。大家不必拘泥于一章一节地顺序阅读，甚至可以只阅读文内的思维导图，把握章节应用的内涵，结合个人工作所需，选取适合自己的应用部分阅读就可以了。文中的思维导图均为个人思

维模式，大家可以按照自己对“思维魔方四大原则——点线面体”的理解进行个性化演绎。

- ◎ 想高效绘制思维导图，掌握基本技巧，请直接看第 1 ~ 3 章！
- ◎ 想提高绘制导图效率，掌握高效思维模式，请直接看第 3 章！
- ◎ 想掌握思维魔方公文写作，应对考试，请看第 4 章和第 13 章！
- ◎ 想写好总结报告、编好各类管理制度，请直接看第 5 章和第 14 章！
- ◎ 想高效进行时间管理，做好计划方案，请直接看第 6 ~ 7 章！
- ◎ 想提升个人现场沟通能力，方便演讲培训，请直接看第 8 ~ 10 章！
- ◎ 不断创新提升项目、产品管理水平，请看第 11 ~ 12 章和第 15 章！



《思维导图应用魔方》名家推荐

20多年来始终尊称我为老师的学员蔡劲松老师《思维导图应用魔方》的出版，是中国思维导图研究、教学和应用领域一件具有里程碑意义的好事。蔡劲松老师20年来始终如一地耕耘于思维导图应用与教学的领域，用数理思维模式的“点线面体”和中国文人思维习惯的“起承转合”把思维导图这个舶来品彻底消化，使其真正成为当代中国人的思维工具。毫不夸张地说，有机会读懂并且运用这套书于自己学习工作中的读者，必将成为思维敏捷、创意频仍、沟通顺畅、条理井然、成就卓著的佼佼者。

——全脑速读记忆创始人 王学贤

《思维导图应用魔方》沉淀了蔡老师十多年来对各行业的咨询、培训问题和经验。学习了该书，不但能够提高职场人的业务技能水平，而且能够让大家工作轻松！相信这本书是大家高效、快乐工作的好工具！

——中山市光阳电器有限公司 董事长 陈少藩

蔡劲松老师这本书让思维导图充分实用化，结合日常生活和职场常用的场景，把思维导图跟写作、沟通、执行、考试、创意等活动结合在一起，探讨如何更有效地解决实际问题，突出思维分析思路和最终结果，并进一步总结出“点线面体”，形成一个系统的思考框架，更有效地发挥思维导图的优势。

——100天行动发起人、时间管理培训专家 战隼（刘洋、wfalcon）

蔡老师结合多年的咨询和培训经验，将思维导图研究得非常深入，并且广泛运用于职场的方方面面，同时在书中配有大量思维导图，读起来思路清晰、逻辑严密而又非常易懂，这是我迫切想要推荐给的文魁大脑教育俱乐部会员的一部著作，希望能

够帮助他们提升思维力、学习力和创造力，使他们在职场中成为佼佼者！

——世界记忆大师、世界记忆总冠军教练 袁文魁

思维导图是人脑和电脑的沟通工具，随着人工智能、大数据、人类整体大脑的形成，所有探索和传播都是有意义和价值的。

——思维导图（中国）创始人 董海韬

看蔡老师的书，好像面对一位知己，他里面倡导的“点线面体”与我个人教学现场倡导的“点线面图彩”导图方法是高度一致的。“点线面体”导图方法，简洁高效地体现了思维导图的绘制过程与要求，让学习者通过简单实践后，就可以轻松入手。

——中国人民大学附中第二分校 副校长 杨艳君

《思维导图应用魔方》是一套不可多得的实战学习教材。很多参加培训的学员都存在一种困惑：感觉思维导图是一个很不错的工具，但是自己应用的时候又缺乏相关经验。蔡老师这本书可以解决这种困惑，让读者真正掌握思维导图在职场中的各种应用，进而切实提高工作效率。

——心智图（中国）教育咨询中心 戴鸿斌（心智图总讲师）

蔡劲松老师运用“点、线、面、体”四字法来驾驭思维导图，有一种“横扫”知识汪洋的感觉。诸般要义如黑夜明珠盈盈滚出，各归其位、秩序井然。思维变得更加有趣、有序、有效。现在，蔡劲松老师将此法门尽述一书，并把它在写作、计划、企业管理、产品开发等不同领域中的运用，层剖细述，娓娓道来，实在是给读者的一本佳作。

——《强化心智》作者、剧场式记忆法创始人 林春庆（网名“牛头”）

《思维导图应用魔方》这本书做到了方便实用、系统全面，显得尤为可贵。对于初学者，可以通过“四步导图法”迅速上手，30分钟让你实践导图的乐趣；对于职

场人士，可以很方便地按照职场活动来进行实践；对于广大爱好者或是专家，可以运用创新的“思维魔方”和“导图魔方”来碰撞出更多的思维火花。

——思维导图资深玩家、催眠大师杨安首席弟子 覃安迪（糖鱼）

偶遇蔡老师“思维导图应用魔方”这个知识宝库，才知道自己原来一直是在应用“思维魔方”的理论进行学习、工作的，我的教学实践有了一个非常系统的理论指导，学习、工作、生活更上一个新境界，非常感谢蔡老师及其“思维魔方”理论。

——厦门英才学校 历史教师 罗培生

蔡劲松老师是思维导图应用集大成者，思维魔方“点线面体”、“集中发散”的概念，道法自然，简明丰富，依托其文中所演绎，能使人更善用工具，化繁为简，为企业员工和各级管理层提供系统化支持，使应用者轻松厘清轻重缓急，盘活资源，达到平衡高效。

——浦东建筑设计研究院设计师、上海传统陈氏太极拳培训中心教练兼秘书长

于威雄



目 录 CONTENTS

Chapter 1	思维导图如何实战	／ 001
Part 1	思维导图如何用于实战	／ 002
Part 2	确定绘制目标对象	／ 003
Part 3	打造个人知识系统	／ 006
Part 4	导图应用的四个阶段	／ 013
Chapter 2	职场导图应用魔方	／ 016
Part 1	思维导图应用魔方	／ 017
Part 2	思维导图绘制工具	／ 022
Part 3	思维导图软件综述	／ 025
Chapter 3	思维导图与思维模式	／ 030
Part 1	模式与思维导图	／ 031
Part 2	过程思维方法	／ 037
Part 3	常见的过程模型	／ 042
Part 4	常用的逻辑分类	／ 055
Chapter 4	思维导图魔方与撰写	／ 060
Part 1	思维魔方是什么	／ 061
Part 2	常见的撰写内容	／ 065
Part 3	撰写的目的和价值	／ 066
Part 4	思维魔方导图写作	／ 068

Chapter 5 **思维导图魔方与总结** / 070

Part 1 总结是什么 / 071

Part 2 职场总结的意义 / 073

Part 3 思维导图总结的四大作用 / 075

Part 4 总结型思维魔方 / 077

Chapter 6 **思维导图魔方与计划** / 082

Part 1 计划是什么 / 083

Part 2 工作计划的意义 / 086

Part 3 计划与思维导图 / 089

Part 4 计划型思维魔方 / 093

Chapter 7 **思维导图魔方与方案** / 097

Part 1 方案是什么 / 098

Part 2 方案与计划的区别 / 102

Part 3 方案与思维导图 / 104

Part 4 方案型思维魔方 / 107

Chapter 8 **思维导图魔方与演讲** / 113

Part 1 演讲是什么 / 114

Part 2 演讲成功的几种因素 / 117

Part 3 沟通演讲与思维导图 / 120

Part 4 沟通演讲思维魔方 / 123

Chapter 9 **思维导图魔方与会议** / 127

Part 1 会议是什么 / 128

Part 2 会议的影响与过程 / 130

Part 3	会议与思维导图	/	135
Part 4	会议型思维魔方	/	139
Chapter 10	思维导图魔方与培训	/	144
Part 1	什么是培训	/	145
Part 2	培训过程管理	/	148
Part 3	培训与思维导图	/	151
Part 4	培训过程思维魔方	/	154
Chapter 11	思维导图魔方与产品	/	157
Part 1	产品与产品管理	/	158
Part 2	产品管理的过程	/	164
Part 3	产品管理与思维导图	/	170
Part 4	产品管理思维魔方	/	176
Chapter 12	思维导图魔方与项目	/	179
Part 1	项目管理是什么	/	180
Part 2	项目管理过程	/	185
Part 3	项目管理与思维导图	/	189
Part 4	项目管理思维魔方	/	196
Chapter 13	思维导图魔方与应试	/	199
Part 1	什么是应试	/	200
Part 2	考试价值与学习力	/	203
Part 3	应试与思维导图	/	209
Part 4	应试思维魔方	/	213

Chapter 14 思维导图魔方与制度 / 216

Part 1 制度是什么 / 217

Part 2 制度的价值与层次 / 220

Part 3 制度与思维导图 / 224

Part 4 制度型思维魔方 / 227

Chapter 15 思维导图魔方与创新 / 233

Part 1 创新与思维 / 234

Part 2 思维与创新过程 / 238

Part 3 创新与思维导图 / 242

Part 4 创新与其他思维工具 / 245

Part 5 创新型思维魔方 / 252

Chapter 16 思维导图应用与误区 / 257

Part 1 思维导图各部门应用 / 258

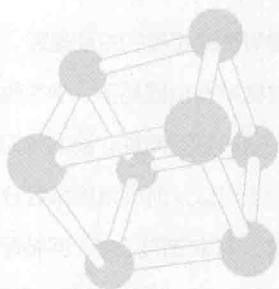
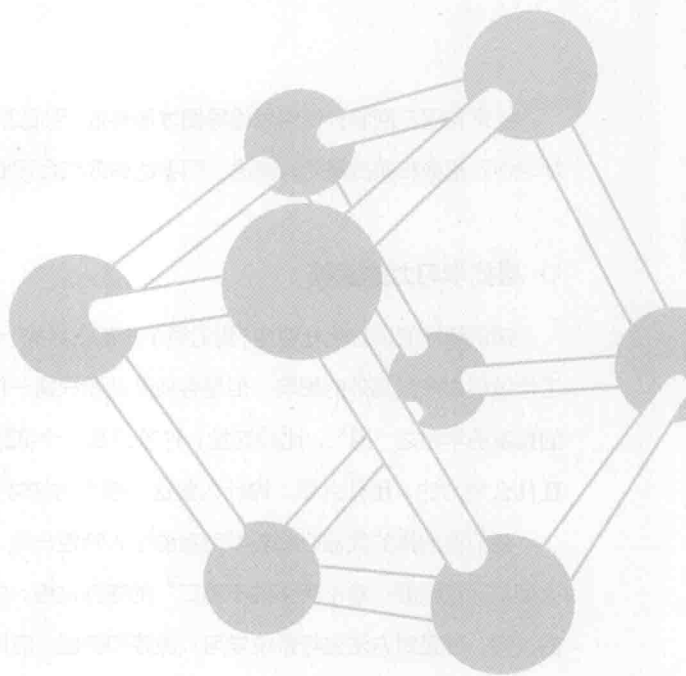
Part 2 思维导图应用误区 / 264

附录 1: 思维导图职场应用初始调查表 / 270

附录 2: 鱼式工作日志 / 272

后记 / 273

Chapter 1 思维导图如何实战





Part 1 思维导图如何用于实战

经常有朋友问怎么使用思维导图才最有效，到底怎样才能把思维导图应用到工作、学习中？招数和实战是两种概念，两者的有效结合需要过程和演练。

◇ 寻找学习力的武器

知识爆炸的信息化社会中，我们每个人都在寻找一种工具，使得我们在生活、学习、工作过程中产生高效的影响。但是寻找到武器只是一种“术”的本领，我们需要掌握的是系统学习之“道”。比如钓鱼，钓竿只是一个武器，而怎样钓鱼、什么时候钓、在什么地方钓、用什么饵、钓什么鱼这一系列方法才是我们需要系统学习的“道”。

我们要选择的武器必须与学习者的个人特性一致。而修炼武功不只是拥有武器那么简单，更需要“拳不离手曲不离口”的修炼过程，才能领悟绝招的微妙。这个修炼的过程，就是对方法进行系统学习、操练和掌握、应用的过程。

◇ 思维导图并非万能

思维导图是思维的主观呈现，其效果不能绝对量化。学习应用之后，尽管很多人感觉工作效率有所提高了，学习也稍显轻松。但是，任何工具用到极致都是武器，正所谓飞花落叶皆可制胜。我们也无须把任何成功都与思维导图挂钩。思维导图的功能很大程度上可以从时间角度来区分。面对过去，对已有的知识、经验、内容进行梳理；面对未来，对未知的工作、问题起到思维激发的作用。不是所有的问题都需要导图，三言两语的工作，简单用笔写写就可以的事情，画图也是形式主义。

如果有人告诉你，使用思维导图一定成功，保证升名校，绝对过目不忘，望各位辩证查之！思维导图并不是唯一的学习工具，一句话，思维导图可以为我所用，但是不要迷信思维导图。

Part 2 确定绘制目标对象

找不到思维导图的绘制方法、无处下手，是很多人应用思维导图时遇到的困难。要根治这个不足，我们要从根源讲起——为什么要学习思维导图？

为了提高思维导图的实战效果，首先要确定自己绘制思维导图的目标。

◇ 角色—责任—目标—问题

我们有生活的目标、学习的目标、工作的目标，还有一定的社会责任目标。这四类目标可以进一步按照具体的角色分工。在职场中，量化管理已经是各行各业的趋势。你要清楚公司年度的目标要求，更要清楚个人岗位的量化目标要求，才能有的放矢地应用思维导图促成目标的达成。

下面通过一幅图展示不同角色承担的责任与目标以及可能产生的问题与矛盾。

角色	儿子/女儿	丈夫/妻子	上司/下属
责任	孝顺关爱 个人平安 光宗耀祖	体贴关爱 顾家劳动 分担责任	领导指挥 关心服从 主动积极
目标	及时陪护 定期问候 嘘寒问暖	养家持家 温馨安全 教育子女	完成任务 达成目标 高执行力
问题	时间冲突 物质短缺 关系紧张	照顾不周 物质短缺 感情紧张	能力不够 任务失败 沟通不良
措施	时间规划 物资统筹 提升能力	时间规划 物资统筹 提升能力	时间规划 提升能力 综合学习

很多公司都会给员工发放“部门职责说明书”、“岗位职责说明书”，但是针对部门、岗位大多数单位并没有设定具体量化的管理目标。

有管理目标是一种进步，但是单纯设定目标并非我们的目的。我们要通过设定目