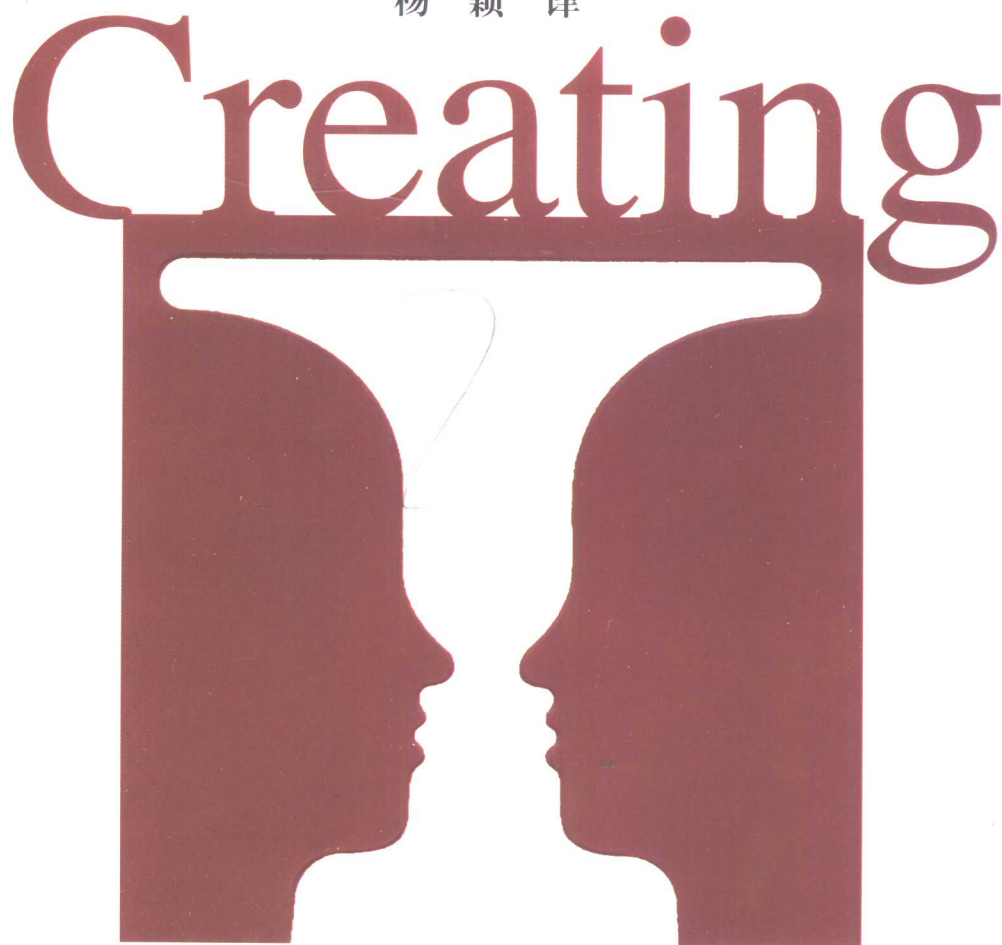


创意无限

〔美〕罗伯特·弗兰兹 著
(Robert Fritz)

杨 颖 译



中国社会科学出版社

创意无限

Creating

[美]罗伯特·弗兰兹(Robert Fritz) 著
杨颖 译

中国社会出版社

图书在版编目(CIP)数据

创意无限/[美]罗伯特·弗兰兹(Robert Fritz)著;杨颖译.

—北京:中国社会出版社,2005.7

ISBN 7-5087-0753-2

I. 创... II. ①罗... ②杨... III. 创造性思维-思维方法 IV. B804.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 093082 号

原书名:Creating

本书译自美国 FAWCETT COLUMBINE 版

版权登记 图字:01-2004-0247 号

创意无限

著 者:[美] 罗伯特·弗兰兹 (Robert Fritz)

译 者:杨 颖

责任编辑:向 飞

出 版:中国社会出版社 邮政编码:100032

通联方法:北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电 话:(010)66020531 传 真:(010)66026806

发 行:新华书店

印刷装订:中国电影出版社印刷厂

开本印张:640×960mm 1/16 开 印张 13.75

字 数:140 千字

版 次:2005 年 9 月第一版

印 次:2005 年 9 月第一次印刷

书 号:ISBN 7-5087-0753-2/B·96

定 价:20.00 元

中国社会出版社独家拥有本书中文版版权,为维护广大读者和版权拥有者的合法权益,我社将配合国家有关机关坚决打击侵权和盗版行为。欢迎协助举报,一经查实,予以奖励。举报电话:(010)66020531 (010)66026806



序 言

时间如飞驰的车轮一样，飞快地向前推进，随着价值观的多样化，多年前的一些成功案例或许已经不再适用于当今的时代，我们所能做的只有不断的创新，才有可能闯出一片全新的天地，开创出美好的未来。

这一点在商界体现尤深，创意是关乎企业生死存亡的关键所在，假使一个企业失去了创造力，那么它就必然会停滞不前，并最终被社会的大潮所淘汰。

到底什么才是商业创意？怎样才可能获得超凡的商业创意？还有如何充分发挥商业创意的作用？这些都是本书所要探讨的内容。市场上有关发挥创造力的书籍有很多，而把主题着重于商业创意方面的却寥寥无几。其实，只有把独特的创意付诸于实践才有可能产生无穷的价值，如果只是纸上谈兵，那么无异于夸夸其谈，毫无意义，就像把财富的种子随意丢弃在破布口袋里，怎么可能等到它开花结果的那一天。

所以，对于创意，最重要的是被了解，被肯定，以及被贯彻执行。真正聪明的领导懂得对下属的创意

Creating
ROBERT FRITZ
Author of
The Path of Least Resistance



经常给予鼓励和启迪，使其发挥最大的潜力。也就是说，只有在懂得发掘，启发和激励下属的领导者旗下，员工的潜在能力才有可能得到最大限度的发挥。领导的发掘与员工自身的努力是相辅相成的。同时，要怎样对其他人阐述自己创意的重要性，说服他人与自己一齐共同实现这一创意，也是至关重要的，每一位从业者都应该向着这一方向努力。

目 录

序 言

1



第一部 创造力，在激情中舞蹈

第一章 创造力

3

第一节 爱是创造的真谛

3

第二节 创造使自我得到超越

6

第二章 有关创造力的概念

10

第三章 创造性思维

17

第一节 拥有创造性思维

17

第二节 打破思维的障碍

18



第二部 激发创造力的步骤

第四章 发散性思维与凝聚性思维

27

第一节 什么是发散性思维

27

第二节 什么是凝聚性思维

29

Creating

ROBERT FRITZ

Author of
The Path of Least Resistance



第五章 创造是一种复杂的心理整合	22
第一节 创造是左脑和右脑两半球的沟通	22
第二节 创造是显意识和潜意识的交融	31
第三节 创造是智力因素和非智力因素相互作用的结 晶体	36
第四节 创造是求异思维和求同思维的统一	39
第五节 创造是形象思维与逻辑思维的互补	40
第六节 创造是直觉思维和分析思维的有机结合	42
第七节 创造是元认知监控的过程	45
第六章 创造力与人格特征	47
第一节 创造力与人格特征	47
第二节 各特征及其关系	50
第七章 如何培养创造力	54
第一节 创造力的构成	55
第二节 有关创造力的五个特性	58
第三节 创造力的培养不容忽视	61
第八章 创造力的发挥	68
第一节 创造潜能的发挥	68
第二节 创造力发挥的要点	70
第三节 克服创造的障碍	72



第三部 创造力与商业

第九章 一切都由创意开始	77
第一节 创造是人类成长的种子	77
第二节 进行适当的自我评估	82
第三节 变革,需要变革	84
第十章 将创意付诸行动	90

第一节	值得注意的几点	92
第二节	不要忽略人的价值	95
第十一章	创意的形成过程	98
第一节	创造力的觉醒	98
第二节	创意和构想的产生过程	107
第十二章	完成创意的注意事项	112
第十三章	发表构想的 13 条须知	116
第十四章	克服障碍的方法	132
第一节	有效的思考至关重要	132
第二节	阻碍思考的障碍	137
第十五章	事实真相的判断	158
第一节	现实和事实	158
第二节	与客观事实相关的一些概念	161
第三节	客观事实是坚不可摧的	167
第四节	有客观事实才有判断	170
第五节	客观资料只是一种道具而已	171



第四部 如何发表创意

第十六章	发表须知十条	175
第一节	创意需要实质性内容	175
第二节	提高表达水平	176
第十七章	有效思考方式的二十五个要点	191
第十八章	演讲——传达创意和构想的方式	203
第一节	演讲需要讲话技巧	203
第二节	表达是最好的机会	206
第三节	创意的价值在于传达	208
第四节	经常演讲是活力的来源	210

Creating
ROBERT FRITZ
 Author of
 The Path of Least Resistance



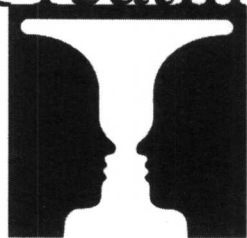


创造力，

在激情中舞蹈

第一部

Creating





第一章 创造力

第一节 爱是创造的真谛

爱是创造的真谛，是拥有无限能力的关键所在！听起来有点老套，但是，事实确实如此。此处所说的爱并不是我们常说的狭义的男女之爱。它是指一种可以令人沉迷于某种事物或人，并深陷其中无法自拔的一种力量。当我们爱上某人的时候，并不是单单毫无缘由地爱一个孤立的人，而是因为这个人的一切，包括性格、家庭、背景，以及兴趣爱好、吃饭的口味、工作等等所有相关的一切恰好合乎自己的要求，进而产生了爱意。那么，到底是先产生爱意而后逐步接受爱人的一切，还是先挑选合乎自己要求的人，然后产生爱意呢？大多数人的答案都是后者。也就是说，爱只是一个结果而不是原因。

但是，当你创造某种东西的时候，爱却是真正的原因而不是结果。只有当你真正想创造，真正喜欢创造，你才会不遗余力地不断实践，直至成功。所以，

Creating

ROBERT FRITZ

Author of
The Path of Least Resistance



在创造过程中，爱是一种积极的诱因和推动力，不是消极地接受。也许，你还不清楚自己到底喜欢进行怎样的创造和哪方面的创造。其实，这种喜爱并不是与生俱来的存在于人们的脑海里的。大多数情况下，创意的出现只是灵光一闪，而关键就是如何抓住这稍纵即逝的灵感，将它们付诸现实。这就是成为一个善于激发自身创造力，拥有无限创意的人的必备条件和关键所在。

我进行创造的理由非常简单——我希望我的创意都可以实现。我十分热爱创造，所以我会为此尽一切的可能将我的创意逐一实现。对创造者来说，这一点是十分重要的。

“什么是现实？现实就是你不可能完全按照自己的愿望去生活！所以，放弃不切实际的幻想，脚踏实地一点吧！”这是我们在学校听得最多的一句话。也是我们平时听得最多的一句话。

但是，对某种事物的喜爱却不会因为无法实现而终止。你可能疯狂地迷恋着某个歌星或影星，但他们根本就不知道有你这么一个人存在，不过这并不妨碍你继续喜欢他们，你对他们的这种强烈的感情并不会因为得不到回应而消亡。所以，现实不应该阻碍创造力的绊脚石，而应该是激发无限创意的基础。

世界上并不缺少美，缺少的只是发现美的眼睛。在男欢女爱的世界里，要想成为一个完美的恋人，就必须先成为一个懂得发掘和欣赏恋人优点的鉴赏专家。只有这样，你才能保持旺盛的爱意。同样，我们在生活中也

要善于挖掘，不放弃哪怕一丝的灵光一闪，并及时抓住它，尽全力将它付诸现实，这就是激发无限创造力，并保持经久不衰的秘诀。

创造原则可用于生活

我最近针对纽约的艺术家特别开了一门课。电影制片、小说家、诗人、音乐家、画家等齐聚一堂，把课堂挤得水泄不通。这门课的主要对象是已有相当成就的艺术家。能有机会与这些已在创造性过程中收放自如的人一道切磋，的确是相当荣幸的一件事。

但是，随着课程的逐渐进行，我却发现了一项令人讶异的事实。这些伟大的艺术工作者，并不知道如何将艺术创造过程里的原则，应用到职业生涯或日常生活中。他们甚至从没想过这个问题。

“我在波士顿音乐学院就读时，从没学过如何将编曲的原则以及创造性过程，应用到日常生活中。毕业后多年，在一个偶然事件的启发下，我才发觉，我的所学不仅可以应用在编曲上，在创造生活方面也有相当助益。”

如果创造性过程如此强而有力，我们难免会质疑：为什么许多艺术家在日常生活中也有同样的困难？这显然是因为艺术家并不了解他们已知道的东西。从事创造行业的学员在参加“创造技能”这门课之后，往往流露出感激的心情。因为他们学会了如何将工作中所发展的技能，直接应用到生活上。

艺术与科学所拥有的丰富特质，是创造性过程最

Creating

ROBERT FRITZ

Author of
The Path of Least Resistance



佳的训练场所。创造者知道如何整合基本结构，以迈向最终的目标。

创造的欲望并不因国籍、种族、教育背景或是年代，而有所不同。每个人都有创造的冲动，但只有少数人是在创造的环境中成长的。大多数人并没有充分发挥自己的创造性潜能。

第二节 创造使自我得到超越

美国激励大师安东尼·罗宾曾说：“一个人一生中惟一可靠的保证，就是知道自己每天都在进步。”所以，要使你的进步发生在你的每年、每月和每天当中，要始终保持进步的状态，要使进步成为你的自觉行为，使它终身伴随你，这才能说，你真正拥有了它。而这一点正是超越自我的关键所在。而创造力的发挥对进步与否有重大的影响。

人们超越自我的过程，就是不断去解决一个结构性冲突的过程。结构性冲突是由于两个相反的拉力相互发生作用而产生的冲突。由于愿望的出现，所形成的创造性拉力要使人们脱离目前的状况，把人们向愿望拉近。而情绪张力又会产生一种相反的拉力，试图将人们拉回到现状中。它之所以会产生相反的拉力，是因为当人们即将要离开现状的时候，由于心中一些旧有的信念依然存在，而这些旧信念往往又不支持人们的新愿望和新行为，因而生成了一个方向相反的张力，企图将人们固定在原有状态上。

显然，创造性张力是使你产生变化，实现“自我超越”的正向力量。

而所谓的解决结构性冲突，就是要使创造性张力保持紧张，让它起作用；而情绪张力得以舒解，让它不起作用。虽然说是两个张力，但是，它们在重要性上却不是对等的。如果创造性张力不出现，也就不会产生情绪张力，因此，创造性张力才是真正的主导。

创造力的源泉

从古至今，世界上任何一个伟大的新事物出现，都是从一个愿望开始的。任何一个人的进步，也是从一个愿望开始的。任何一个新发明、新产品、新技术的出现也是从一个愿望开始。可以说没有愿望，就没有创造力。愿望是掌握个人超越的最重要的概念。这里所说的愿望到底是什么呢？它就是发自于你内心的、最深沉、最真挚的愿望，它深入你的内心，铭刻在你的潜意识中，它是高于现实的愿望。这个愿望是具体的、明确的。当你用语言描述它时，会在你脑海里出现一幅生动形象的图像。当你产生了这样的愿望，心中就会出现创造性冲动，它是创造性张力来源。

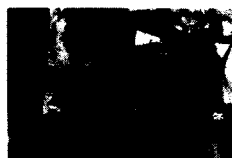
马丁·路德金对“我有一个梦想”的愿望，推动了美国黑人进入美国主流社会的步伐，爱迪生的“让人类晚上也能被不灭的光芒照耀”的愿望，使人类有了电灯，莱特兄弟的“让人类能像鸟儿一样飞上天空”的愿望，使人类有了飞机。

几乎每个人都能讲出一些自己生活中与愿望有关

Creating

ROBERT FRITZ

Author of
The Path of Least Resistance



的真实故事。每当心中有了一个动人的愿望，人们就会创造一段动人的生活经历。有了好点子，有了热情，有了进步，大多数人都会拥有实现自己愿望的愉悦。

它是对你自己的理想和目标的具体描述，这种描述会在你的头脑中形成一副“图像”，所以它是具体的、生动的、明确的。它容易使我们产生一种承诺，一种必须行动的倾向。而不是引导我们自欺欺人的自我满足和陶醉。

这就是为什么我们有时怀有理想抱负，却在现实中难以行动、依然故我的原因。因为我们的理想有时候并不具有明确性和实践性，只是一种无法实现的空想。

克服惰性

· 现实生活中，不是所有的愿望都能变成现实，因为生活毕竟是多变而且难以预测的。由于情绪张力的作用，有一些愿望的实现受到了阻挠。

情绪张力存在于人们的潜意识中，它是在人们向愿望进发时，使人们感到无力和软弱的消极信念，它让人维持现状或退回到现状。所以，它会使创造性张力作用被降低或抵消。比如，在我们从小到大的学习过程中，被灌输了许多“真理”，我们相信它们是正确的，所以这些“真理”反复地被引用，以此来指导我们的思想和行为。这些“真理”深深地刻在我们的潜意识中，构成了我们的信念系统。

而这些信念有的正确，有的则未必正确，而错误的信念就会起到反抗创造性张力的作用。于是如何舒解情

绪张力就成了创造力发挥过程中的一个重要课题。我们必须首先辨别，在我们的信念系统中，哪些是负向信念，哪些是正向信念。然后，用正向的、积极的信念代替负向的消极的信念，就能使情绪张力舒解。

“我到底想要什么”

“我到底想要什么？”是一个有关结果的问题，而“我如何得到所要的东西”则是一个有关过程的问题。如果强求自己马上回答“如何做”，将会把我们要的“结果”受限于目前对过程的认知水平上。这其实不是激发创造性的思维模式。

因为创造的过程是逐渐实现的过程。创造过程始终为创造结果所用，过程是随机的，有时条件可能会在过程中被发现和被创造出来，功能是达成结果。所以，要以达成结果为目标，尽量发挥创造能力，而不要受制于各种外界的干扰因素。创造的过程就是超越自我的过程。

Creating
ROBERT FRITZ
Author of
The Path of Least Resistance

