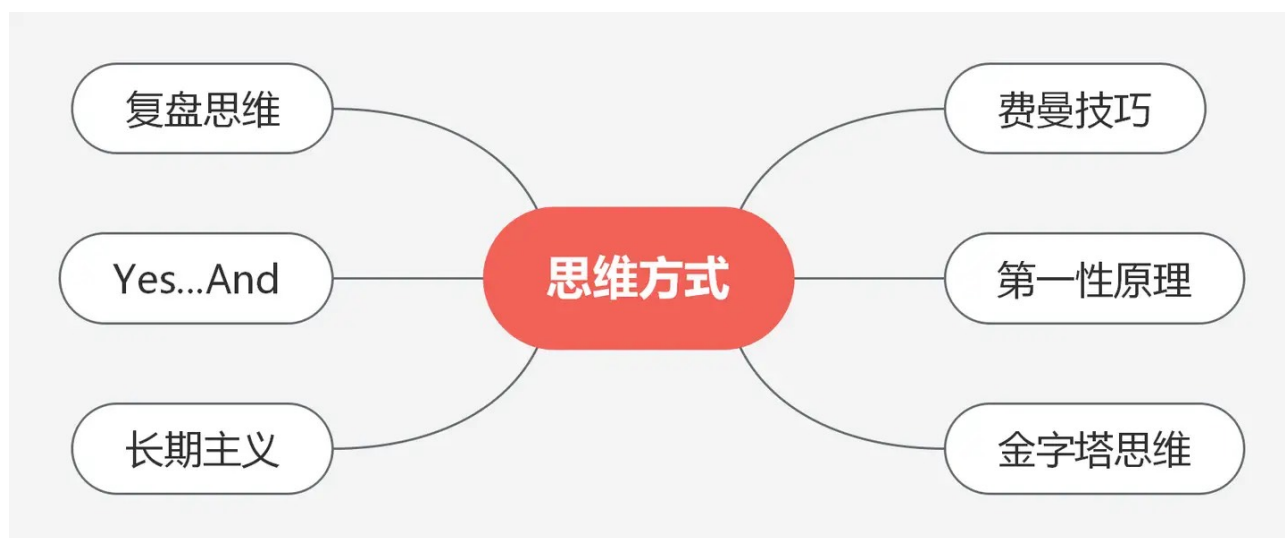


厉害的人身上，一般都能找到这6种思维方式。



传送门 文中导图获取 u6v.cn/50mXCq

01 费曼技巧

简单来说，就是以教为学。它是借助教学的输出方式，实现对输入知识更好的内化和掌握。

「如果你不能简单地解释一件事，那你就还没有弄懂它。」

- 应用：

- 1、向不熟悉某议题的人解释该议题，用他们能理解的方式及最简单的语言向他们解释；
- 2、发现自己不能理解的地方或不能简单解释某议题的地方并记录；
- 3、回头查看资讯来源并研读自己薄弱的地方直到能用简单的语言来解释；
- 4、重复前面三项步骤直到能够专精这个议题。



02 第一性原理

原本是计算物理的专有名词，现广泛用于事物观察分析上，是指从事物最本源出发去思考。本质上是一种[演绎法](#)思维。

特斯拉创始人[埃隆·马斯克](#)就是第一性原理的推崇者和践行者，他曾做过注解，「第一性原理的思想方式是用物理学的角度看待世界，也就是说一层层拨开事物表象，看到里面的本质，再从本质一层层往上走。」

- 应用：

在制造电动车特斯拉的过程中，最大的成本来源于电池组件。研发团队发现电池组件成本要600美元 / 千瓦时，但马斯克运用第一性原理思考，把电池分为各种金属元素以及其他成分，再对生产流程、产地、[供应链](#)每一部分进行优化，最终将电池组件成本降低到80美元 / 千瓦时。

03 金字塔思维

芭芭拉·明托在《[金字塔原理](#)》曾提出思想组织的金字塔结构，它是这样的：

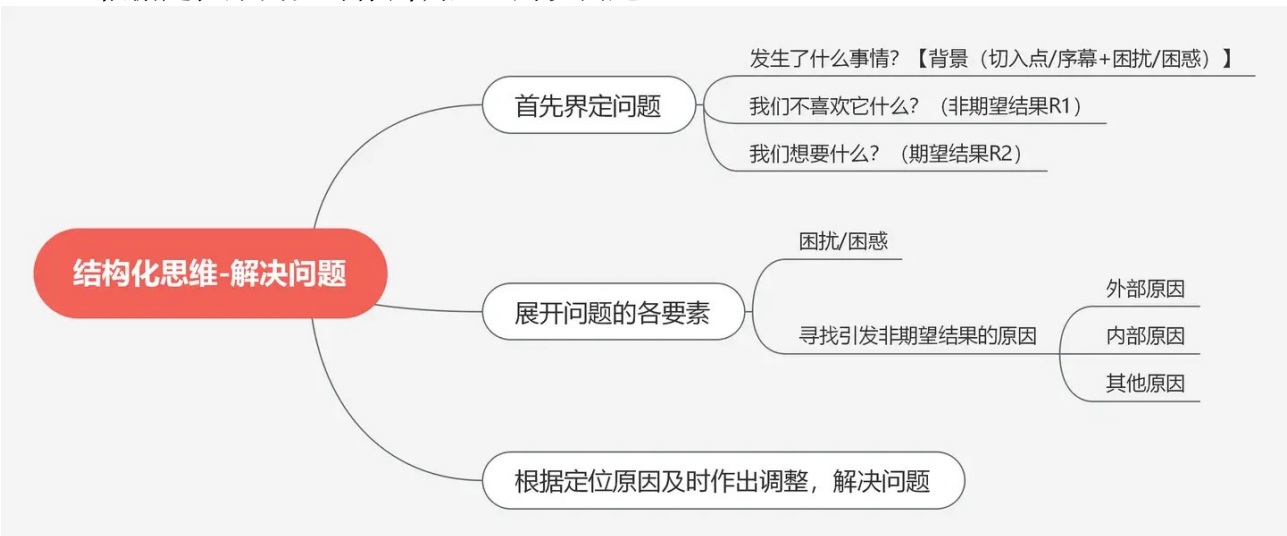
- 归类分组，搭建金字塔
- 找出[逻辑关系](#)，抽象概括
- 自上而下表达，结论先行
- 自下而上思考，总结概括

简单来说，就是我们平常提到的结构化思维。

- 应用：

结构化思维运用到问题解决上，具体表现在其行动上：

1. 首先界定问题（背景、非期望结果、[期望结果](#)）
2. 展开问题的各要素（困扰、外部原因、内部原因、其他原因）
3. 根据定位原因及时作出调整，解决问题



关于结构化思维，可以在我之前的这篇专栏文章中查看更多内容：

[MindMaster思维导图：如何训练自己的结构化思维？](#) 104 赞同 · 4 评论文章



思维导图是训练结构化思维的有效方法，感兴趣的小伙伴可以去体验下↓↓↓

广告

MindMaster|免费下载基于云的跨端思维导图软件

04 复盘思维

复盘，原本是[围棋术语](#)。是指每次博弈结束以后，双方棋手把刚才的对局再重复一遍，这样可以有效地加深对这盘对弈的印象，也可以找出双方攻守的漏洞，是提升自己水平的好方法。

如今这一概念被广泛运用于学习、职场当中。

- 应用：

回顾目标：当时的个人目标/团队目标是什么？

评估结果：达标/没有/超标；提前/按时/晚了。

分析原因：个人思考/与团队研讨，找到根本原因。

总结规律：区别偶发性规律和普适性规律

05 [长期主义](#)

所谓长期主义，是一种持续地、长期地守住目标的行为模式。

- 应用：

当我们坚持做一件自己认定的事情，比如[定投](#)、读书、运动、写作、早起...在长期主义的复利下，都会积累成奇迹。

06 Yes...And

在[即兴戏剧](#)里，有个最核心的原则：就是表演过程中，绝不能说“No”。因为一旦说“No”，这天就聊死了，剧情便无法推动下去。

那不能说“No”，该说啥呢？没错，就是：“Yes...And”

直译过来就是“是的，而且”，意思是说，我们在跟任何人沟通的时候，都一定要先认可对方，再给出建设性的信息。

- 应用：

当你妈让你穿秋裤说“今天天冷，赶紧把秋裤穿上再出门！”

你以前的反应：

“不穿，冷不冷我自己知道”。如此一来，一番争吵就难免了。

你运用“Yes...And”后的反应：

“是啊，今天是有冷了点，不过我觉得还好，如果明天继续降温的话，我会把秋裤穿上的。”

轻松化解矛盾冲突，这样的技巧也可以用于谈恋爱、工作交流等方面。