

厉害的人遇到问题时的思维模式与普通之间差别在哪？

用脑想事情 $\neq$ 思考，思考是一种技能，是可以通过刻意练习学会的。首先建立一个坐标系，这横轴：「A 判断-B 观察-C 分析-D 整合」，纵轴打三个点：「要素-关系-条件」。要怎么做呢，我从入门来说说：

先问一下，你认为自己，是以下四种哪一种？

- a、头脑非常厉害的人
- b、比较有头脑的人
- c、离「有头脑」还差很远的人

查尔斯·布可夫斯基曾说：

「这个世界的问题是，聪明人总是怀疑自己，愚蠢的人总是充满自信。」

不过问题是，你如何确定，自己就是 a、b 或者 c 呢？

这篇文章，主要就讲：

- **你如何判断自己或别人的思考水平，是什么层级？**
- **然后，你该如何思考「入门」？**
- **思考，该如何提升？**

01

什么是「思考」的入门？

首先，什么是「入门」？

在古代，你跪在师父前敬茶，师父让弟子把门关上，小声给你讲解本门修炼方向。

你终于找到了练武的方向，在师父前痛哭流涕。

连续做一件事，有了稳定方向，才能叫「入门」。

比如

- 自己的职业，该怎么规划？
- 创业做产品，除了产品，还应该做什么事？
- 感情出现问题，怎样想办法调整？
- 孩子不听话，怎么去引导？

...

你的人生，会遇到各种奇奇怪怪的问题。

但每次，是不是都乱想一通，根本不知道「思考」方向。

每个人都用手机拍过照片，但有 90% 的人根本不懂拍照该怎么「入门」。因为拿着相机或打开 Photoshop 修图，根本不知道该注意什么。

思考和摄影一样，也是一门包罗万象的技能。

那么「思考」，又该如何入门呢？

每遇到一个问题，该如何确定思考方向呢？

直接用「第一性原理」来想，你会立即顿悟：

思考，毕竟就是门「**技能**」（Skill）。

而技能，无非就是：

面对某个领域，每次能固定通过什么「行为」，去作用什么「对象」，最终达成什么「结果」。

比如：

· 游泳，是通过「划水-蹬腿」，作用于「水」，最终达到在水里「能前行-不下沉」的结果。

· 摄影，是通过「构图-光影-颜色」（的调整），作用每张「照片」，最终达到「高级感-冲突感-故事感」。

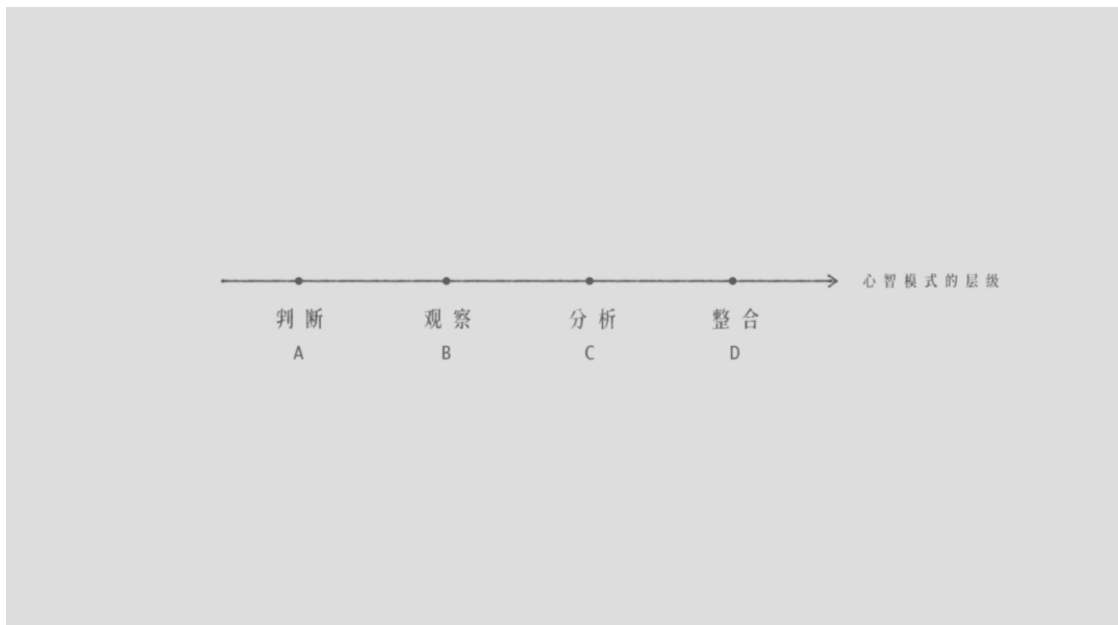
那思考所面对的「行为」、「对象」、和「结果」是什么呢？

02 「思考」的入门？

先来看，要发挥「思考」这个技能，你需要通过什么「行为」（工具）？

来！跟着我，拿出一张 A4 纸，在上面画一条横轴。

分别标四个点：「判断-观察-分析-整合」



这是人类思考的四种不同心智工具，每种你都很熟悉。

只是每个人，有不同使用倾向。

A、更倾向「判断」

你第一次去女朋友家，女朋友妈妈就自称「三分钟就能看透一个人」。

她给女朋友说，一见你，就知道你是个「老实人，工作有能力，但自信还不够。」

这就是「判断」，目的是快速作出决策。

B、更倾向「观察」

你女朋友的父亲对妈妈的判断不削一顾。

而是通过这几天，观察你的作息和用餐习惯；刻意访谈你的父母、工作和朋友网络；搜索你的朋友圈，QQ 空间记录等所有网路信息。

甚至...打电话给朋友，调查你近一年的所有出行记录、入住酒店情况等。

这就是「观察」，目的是获取大量事实信息。

C、更倾向「分析」

你不经意间，知道了女朋友父亲的举动。

为此，你增加了和女朋友的谈话，更多了解了父亲小时候经历，以及特殊职业所带来的习惯。

然后你基本分析出，她父亲具有超强的控制人格；而母亲多年一直陷入这种争斗中；而你女朋友，则形成了「边界意识薄弱」的心理特质，做事没什么原则。

为此，你不仅看明白了每个人的心理，也分析出了三者的关系。

这就是「分析」，目的是看到事情背后更深刻的原因

D、更倾向「整合」

「整合」的全称叫「整合思考」。

比如你现在，分析看明白了女朋友一家情况后，不是选择离开，而是去建立一整套关系结构。

你开始布局，「和女朋友之间应该保持怎样的关系？应该怎样帮助她实现自我成长？」

然后「你和她父母怎样建立关系？如何维持父亲控制感，但又在自己掌控范围内。」

最后，你搞定了一切。

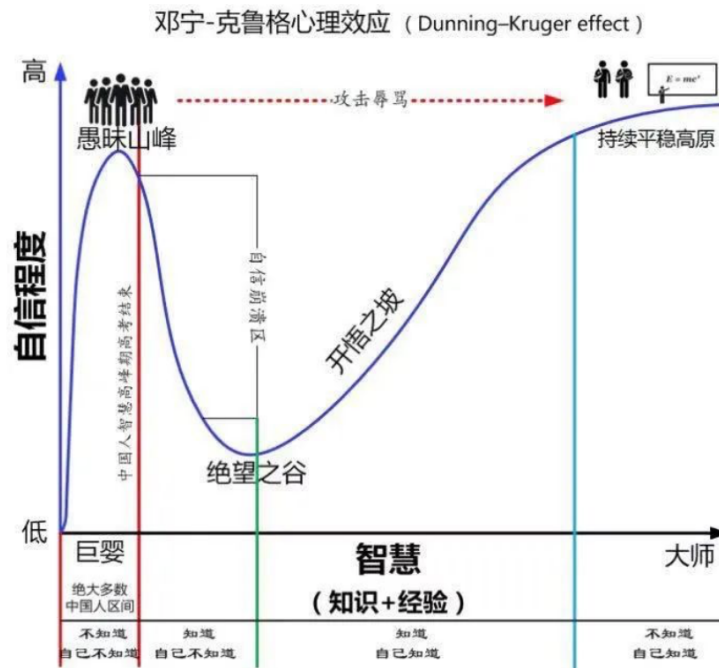
这就是「整合」，目的是搞定事情背后一整个系统。

这是横轴，「A 判断-B 观察-C 分析-D 整合」。

普通人整天都是「判断」，厉害的人常常使用「观察」和「分析」，真正的高手会「整合」系统。

A→D，也就是心智工具从「低级→高级」的过程。

再看看下面这张图，是不是完美对应这四个阶段：



只用自己价值观作判断的人，都不可一世——愚昧山峰。

而不断观察的人，其实是最低姿态——绝望之谷。

不断分析的人，更热衷追寻事物本质——开悟之破。

整合构建体系，模型的人——大师之路。

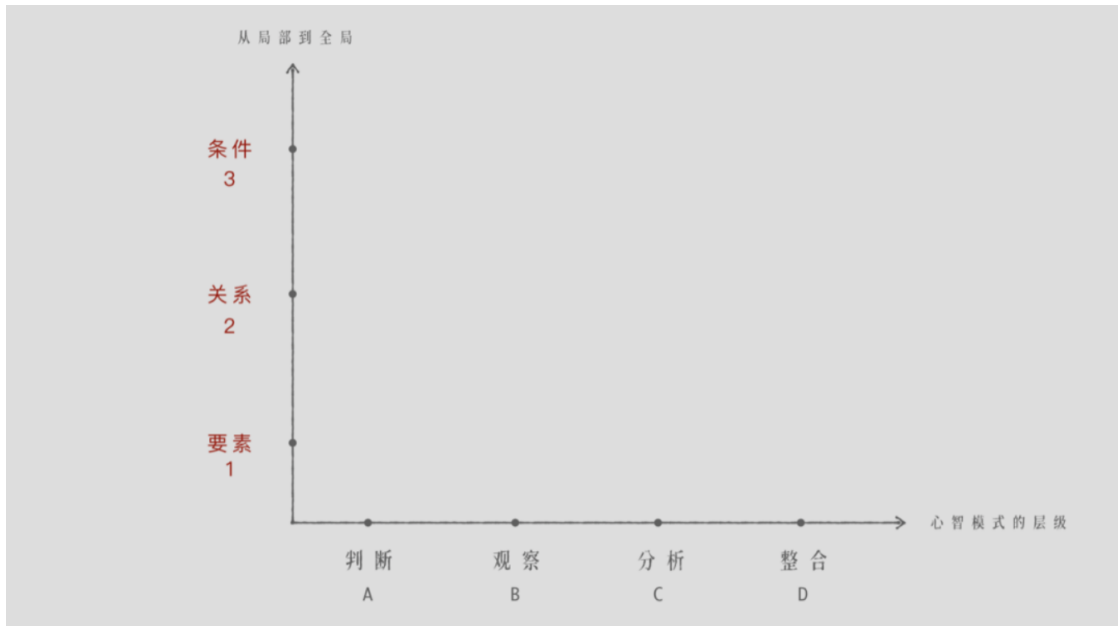
03 思考，需要通过一定「行为」，作用某个「对象」

「行为」刚刚讲了，那什么是「对象」呢？

厨师做饭的对象是「食材」；摄影的对象是「照片」；写作的对象是「文字」。

那思考的对象又是什么呢？

我们画一根纵轴，还是打三个点：「要素-关系-条件」



我们常常说，「每个人看问题角度不同」。

这个角度，通常就是指这三者。

1、更关注「要素」

比如女朋友的事情搞定了，你成为了一名心理咨询师。

你有很多来访者，都出现了感情问题。

他们一来，往往都是指责，我「男朋友性格有问题」，他「整个人从刚开始到现在，完全变了。」

这就是关注「要素」，「男生 a、女生 b」，都是感情中，「人」这个要素。

2、更关注「关系」

男生 a、和女生 b 之间，其实有很多中间的关系小人。

它们可能是彼此情感依赖 c，也可能是相互学习成长 d，也会是彼此疗愈对方曾经伤痛的 e。

心理咨询师，往往更清楚：感情除了问题，很可能不是 a 和 b 什么问题。而是中间的 c、d、e 等各种小人，「生病或死掉」了。

这就是更关注「关系」。

3、更关注「条件」

「条件」是指外部的，限制性条件，通俗讲也可以叫环境。

比如一段情感关系的外围：

年入百万 or 年入十万、房子在二环 or 城乡结合部、在北上广深 or 五线城市、父母是控制狂 or 善解人意...

这些统统都是外部的「条件」。

它们往往不直接影响要素和关系，但却是让舞蹈能够顺利演出的舞台。

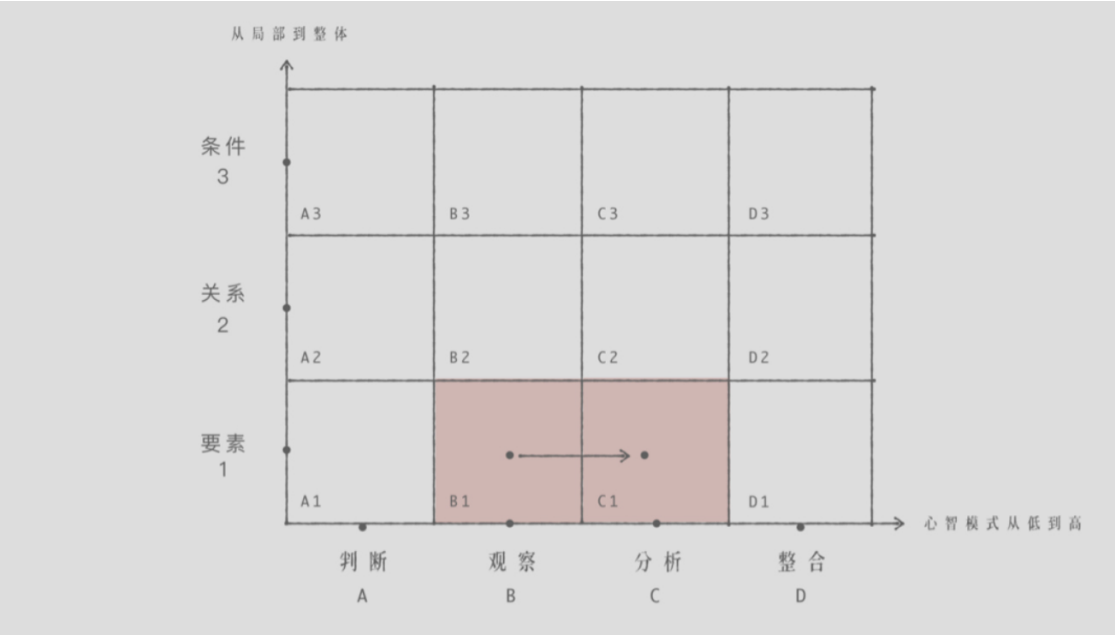
刚刚说到的横轴 A→D「判断-观察-分析-整合」，是从「低→高」的心智模式。

而纵轴 1→3「要素-关系-条件」则是你看问题的「局部→整体」。

OK，我们用一个例子，把整个「思考坐标轴」串起来：

你开发了一款智能烤面包机，该怎么推向市场呢？

如果只是躲在实验室，不断**观察（B1）、分析(C1)** 并改进面包机本身，这就是理工科思维，**更关注「要素」本身**。



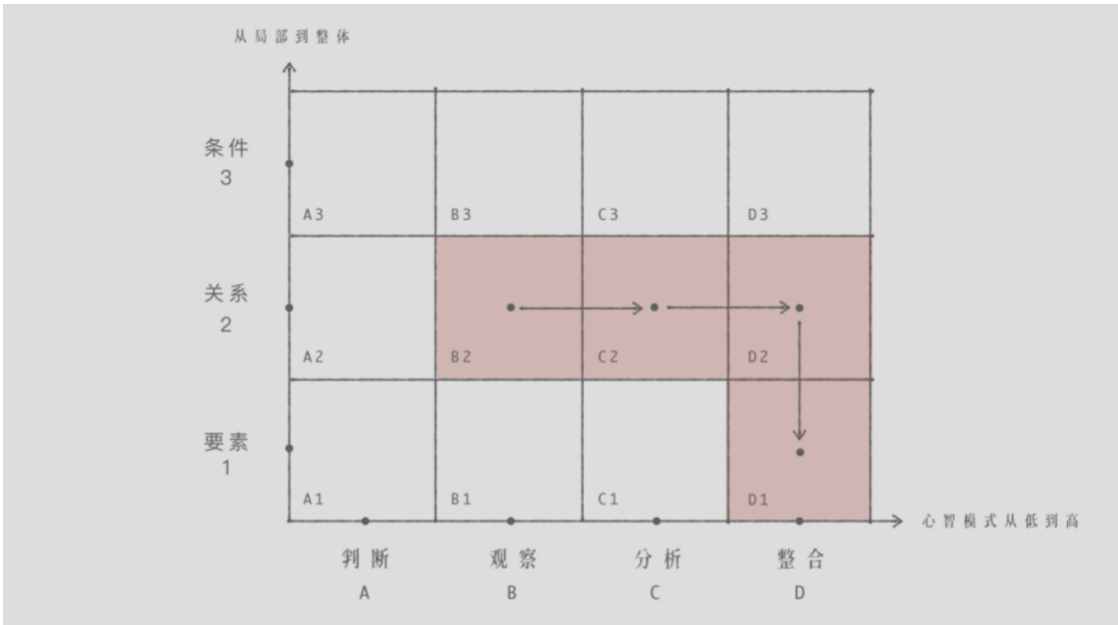
而你的秘书提醒你，应该多关注面包机和用户之间的关系。

所以你们开始调研（B2），国内其实有 500 万烘焙爱好者，比如很多宝妈，他们更享受烘焙本身乐趣，更愿意每次拍照发朋友圈，而不是真正想吃。

所以经过分析，你们发现了一个洞见：

在烤箱内，放置摄像头。让烘焙爱好者，能够获得面包从发酵到嘭一下烤好的全过程。

最终，你们设计出全世界第一款带摄像头的烤箱。这就是海尔的智能烤箱 T3。

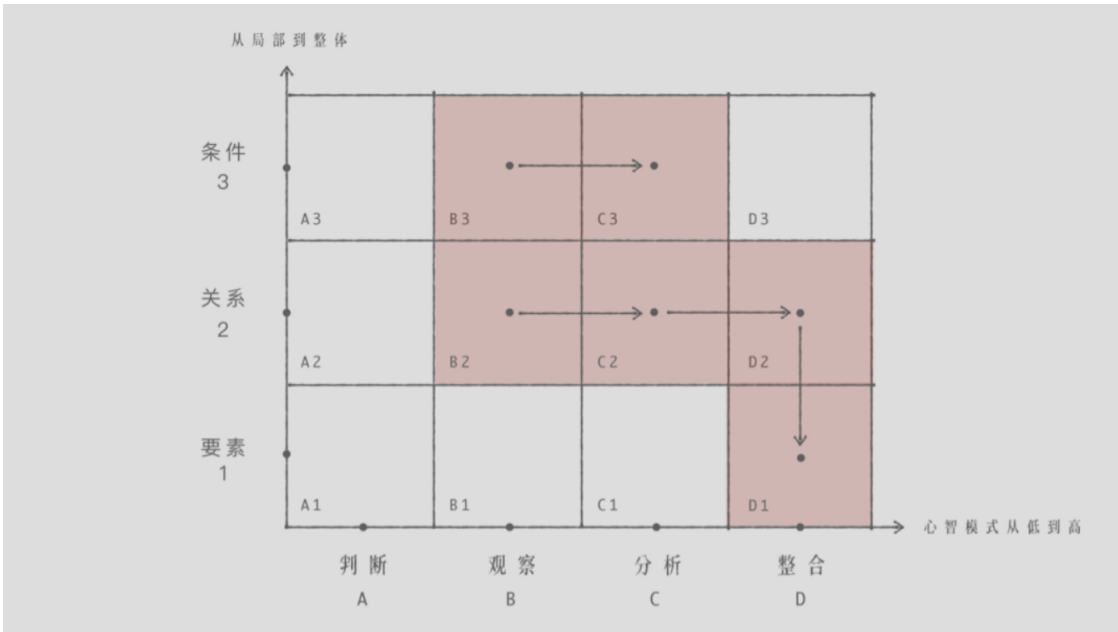


但思考这些还不够。如果你要足够说服投资人，还得去研究市场规模有多大？

国内烘焙行业和人群规模的发展有什么？

在 5G 时代，你们的产品是不是搭上了物联网这趟高速列车？

这些，就是你在思考「条件」。



04 恭喜你，得到了一张「思考全局地图」，也是思考的说明书

不过你最关心的，是这个说明书该怎么用呢？

一、你能一眼看穿对方的认知水平

·天一冷，你妈让你穿秋裤？

这是什么？**A1「判断-要素」**——用自身感受或观念，去判断对方是不是冷。

·你找工作，父母硬是给你安排一份稳定工作，并且给你权衡利弊，分析一大堆理由。

这是 **A1 和 A3「判断-要素&条件」**。

·大学生 Green 在面试做自我介绍时有点磕磕绊绊，面试官 Blue 没有立即做出判断。而是通过更多提问，看看学生 Green 到底是「不够自信」还是「准备不充分」。

这是 **B1「观察-要素」**

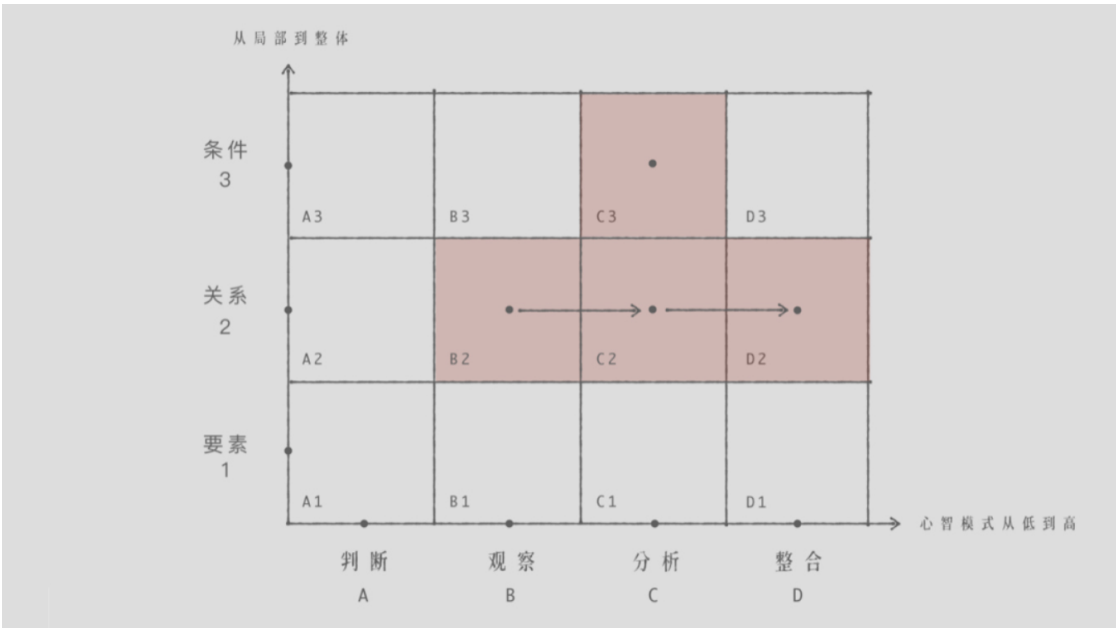
·而如果面试官 Blue 发现，最近自己主导的很多常面试，对方都很紧张，没有发挥应有水平。

她通过统计调研，最终分析出——是自己开场提问方式，以及一些强势的肢体动作，以及室内的光线给了面试者很多压力。

为此，她重新调整了面试方案。

这就包括了 **B2、C2、C3 和 D2**，她在不断思考自己，面试者，以及环境之间的关系。

理论上，越往横轴纵轴箭头方向的，每思考一个问题所宫格更多的，思考当然就越全面和深入。



二、训练不同门派的思维模式

不过，也请不要误会。

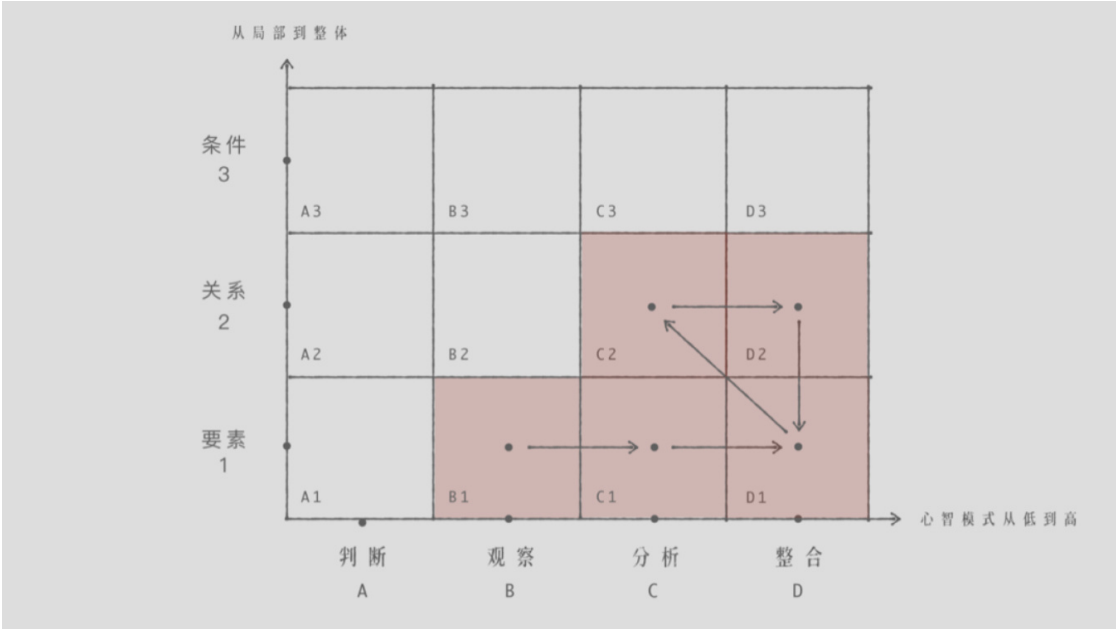
这个「思考地图」的用法，不是让你每遇到一个问题，都需要从 **A1 到 D4 把十二宫格都都**过一遍。

你点个外卖，不可能把方圆 5km 所有店铺都统计分析一遍吧。

而面对不同事情，更好方式其实是从一个点，就是一个宫格开始，然后辐射到周围几个宫格，确保把问题解决就行。

比如**产品经理做一个产品，最开始的点，一定是 B1（观察痛点）**：

- 1、观察一个痛点，并通过调研分析大致准确（B1→C1）
- 2、最快时间设计出 MVP，去看看是否验证此前猜想的关系（D1→C2）
- 3、收集反馈，整合所有需求，最终确定你家产品的方向（C2→D2→D1）



这些不同的路径走向，当然就是不用门派，所提倡的思维模型。

三、开启思考大门

横轴往右，纵轴往上，这些都是你思考方向。

有了方向呢？还不够，还可以深入。

就像一般人的爱情，都是「搭讪→聊天→见面→看电影→酒店→谈恋爱→求婚→结婚→生子」。

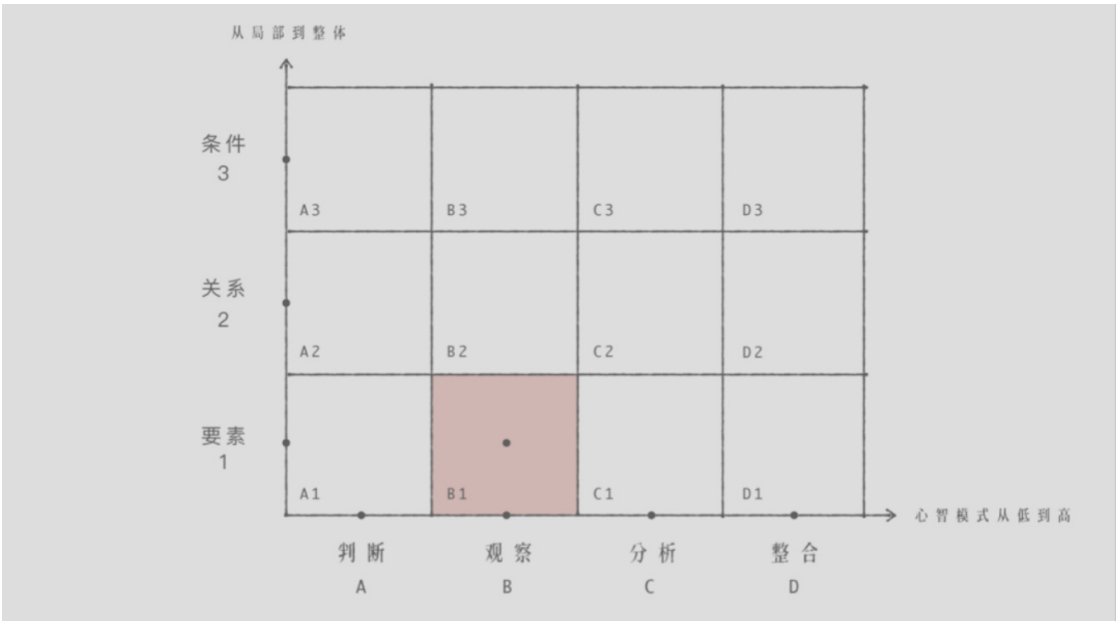
但是你可以把每个环节都做到极致啊。

思考也是一样，每一个环节，都可以更深入下去。

比如如何更深入了解一个人呢？

你刚认识女朋友，HR 面试一个公司重要岗位，都需要这个技能。

那就是 B1「观察-要素」。



观察，其实都有很多方法，比如调研、提问、像 FBI 那样侦查。

而要素，比如了解一个人，则要看 TA 的需求、动机、认知边界、存在感等等...

所以，未来很长很长时间，我都会根据这个最基础的地图，把「思考」这个门类逐渐展开。

让你逐渐建立立体化的思考框架。

05 后面的话

最后，看看为什么大师会说那些金句：

威廉·詹姆斯曾说：

「很多人觉得他们在思考，而是实际上只是在重新整理自己的偏见。」

这基本都是在 A1 和 A2 区域「判断-要素&关系」。

村上春树曾说：

「这个世界大多数人都不会思考，不会思考的人也不会发觉这个真相。」

其实就是因为思考作为一项复杂技能，就像摄影、写作，多数人都没有掌握。

用脑想事情≠思考

身边太多人都不思考了，每次都好想拿个空酒瓶，使劲敲一下。

「长这么大个脑子，为什么不拿来用」。

但是，忍了。

浏览器扩展 Circle 阅读模式排版，版权归 www.zhihu.com 所有