

學學藝術家的減法創意



[學學藝術家的減法創意_下载链接1_](#)

著者:Ellen J. Langer

出版者:天下遠見

出版时间:2006-6-23

装帧:平装

isbn:9789864176984

創意的重要性，你我都很清楚。它能夠為生活帶來不同趣味，讓你在職場中脫穎而出。但

除了極少數的人之外，一般人都不敢說自己真的「有創意」。我們究竟還缺少什麼不可或缺的条件？被公認為有創意的人，又是怎麼思考、怎麼讓創意源源不絕的？我們能從他們身上偷學幾招嗎？

藝術家，被公認為最具創意的人種，他們寫出動人的文學作品、譜出優美的樂曲、畫出充滿想像力的圖畫。不論是否為藝術愛好者，我們都希望能和他們一樣深具創意。但，誰能解開藝術家的創意密碼？

本書作者是個優秀的心理學家，也是愛好繪畫的素人畫家。在習畫的過程中，她親自體悟到許多藝術家開發創意的方式。基於科學家應有的求證態度，她更進行了許多有趣的實驗以檢證，發現藝術家所具有的創意「天分」其實和一般人一樣，差別只在於他們「減去」了許多阻礙創意的絆腳石。

這些絆腳石包括「社會評價的壓制」、「絕對的規則」、「天賦的迷思」、「社會比較」……等等。透過作者理性的分析、感性的經驗分享，你會知道如何突破習以為常的思考模式與態度，也能從不同角度看待原本覺得理所當然的事。藉由本書的引導，你只要「減少」，不需「增加」，就能跨出舊有框架，讓創意自然湧現。

作者介绍:

艾倫．蘭格（Ellen J. Langer）

哈佛大學心理學教授，獲獎無數，其中包括古根漢研究基金獎、美國心理學會頒發的大眾心理學特殊貢獻獎，以及基礎科學應用心理學特殊貢獻獎。

目录: 前言

1 移開阻擋創意的絆腳石

2 專注所蘊含的力量

3 減法一：踢開評價的施壓

4 減法二：去除對錯誤的恐懼

5 減法三：不迷信絕對的規則

6 減法四：拋開社會比較

7 減法五：打破天賦的迷思

8 減法六：擺脫「知」的盲點

9 回到最有創意的狀態

10 開始專注做選擇

後記

注釋

．．．．．(收起)

[學學藝術家的減法創意 下载链接1](#)

标签

靈感

自我學習

评论

[學學藝術家的減法創意_下载链接1_](#)

书评

[學學藝術家的減法創意_下载链接1_](#)