

拆解问题的技术



[拆解问题的技术_下载链接1](#)

著者:赵胤丞

出版者:中国青年出版社

出版时间:2019-7

装帧:平装

isbn:9787515356136

过去我们常常依靠经验或者感觉来判断事情，做出决策，这无异于赌博，因为我们所凭借的依据无法量化，而人的感觉也会因为不同情境而有所改变，导致影响事情的变量日益增多，要做出正确的决定就越发困难。

拆解的技术其实是解决问题的一种思维模式，即把问题拆解成可执行的步骤。在信息爆炸的当下，我们身处的环境有太多变数，遇到问题，一定要先把各个变量拆解分类，再通过第一性原理反复验证拿掉这个变量后事情是否无法推进，从而找出关键的核心元素。依据这个流程做出的判断与决策更为理性与精准，能够让人把精力聚焦于应该完成的事情上，产出高质量的成果。

拆解的技术具有如下特点：

- * 把问题化整为零，让人有动力去解决问题。
- * 把目标拆解成行动，让目标不再是单纯梦想。
- * 在第一性原理的指导下确认关键变因，帮助你轻松创造改变。

本书配有30多张拆解职场、学习与人生难题的图表以及项目管理、职场工作、简报企划、职业规划、学习考试、人生目标等各领域的真实案例，让读者不仅能感同身受，更能实际操作练习，将书中的方法真正转化为自己解决问题的技能。

作者介绍：

赵胤丞，美国霍特国际商学院（世界排名27位）MBA，目前是一名自由讲师，专为企业、学校、机关单位进行员工培训，是思维导图法、项目管理、企业内训领域的专家。

目录: 前言 为什么要学会拆解问题

编者序 问题解决的关键在于拆解思维

第一章 拆解问题的技术

1-1 没有拆解的人生，只会原地打转

1-2 拆解问题：不是套用成功经验，而是先拆解自己

1-3 第一性原理：找出真正不能改变的，并从所有可变中突破

1-4 创新的支点：不是直觉灵感，而是拆解出现实洞见

1-5 做与不做：不是热血冲动，而是选择最佳现实解答

1-6 以终为始：不是拆解眼前问题，而是朝向最终问题

1-7 决定次序：不是什么都做，而是决定最高效流程

第二章 拆解职场难题

2-1 如何拆解职场上完全不熟悉的新任务

2-2 如何拆解时间总是不够用的难题

2-3 如何拆解存不住钱的难题

2-4 如何拆解斜杠时代的职业选择

2-5 如何拆解新职场难事并展现自我价值

2-6 如何拆解离职创业风险

第三章 拆解项目难题

3-1 如何拆解一个全新的项目规划

3-2 如何拆解项目时间安排

3-3 如何拆解更准确的项目完成日

3-4 如何拆解团队合作的项目步骤

第四章 拆解简报企划难题

4-1 如何拆解总是缺乏说服力的简报

4-2 如何拆解缺乏资料又必须讲到重点的简报

4-3 如何拆解资料太多不知道要讲什么的简报

4-4 如何拆解总是让主管听不下去的失焦简报

第五章 拆解学习难题

5-1 如何拆解学习缓慢又无效的问题

5-2 如何拆解读了很多书还是没成长的困境

5-3 如何拆解学习了但还是记不住问题

5-4 如何拆解并建立自己的知识体系

5-5 如何拆解不知道要学什么的焦虑

第六章 拆解人生难题

6-1 如何拆解我的第二人生选择

6-2 如何拆解“我是谁”的难题

6-3 如何拆解不喜欢现在的自己的焦虑

6-4 如何拆解人生缺乏动力的难题

6-5 如何拆解找不到人生目标的难题

· · · · · (收起)

[拆解问题的技术](#) [下载链接1](#)

标签

思维

自我提升

问题解决

效率

拆解

成长

学习

个人管理

评论

毫无价值 被书名骗了 效能提升书籍里 目前读得最差一本

惯性思维太接受了给自己设标签设限制+罗列思考罗列10个选3个+PDCA+MECE+GROW+4D模型 (do、defer、delegate、delay) +2W1H+AIDA沟通模型+化解冲突看情绪 (竞争、迁就、回避、合作、妥协) +人脉网络+人生九宫

有的内容没讲透。好处是通过大量拆解图表知道什么是“拆解”了。但是用起来很有帮助，把问题写下来，你会对自己认识不同。

[拆解问题的技术](#) [下载链接1](#)

书评

单位同事要去参加公务员面试，每天书堆得老高，练得口干舌燥。领导问她准备得如何，她沮丧地说：“那么多题，哪里记得过来呀？”

领导顺手拿了她的题库，抽了两道题，分别是综合分析题和组织计划题。

其中，综合分析题是这样的：对于城市中经常存在的“中国式过马路”现象，你...

拆解问题，顾名思义，其实就是将一个目标或是问题拆解为几个步骤，将复杂的问题简化。例如，当我问大家，如何成为成功人士？如何摆脱单身？如何一年阅读200本书？大家都会觉得很难回答，而有效的将问题拆解，就能够将这些很难回答的问题拆解为一个个小问题。类似将一个分子分解...

大家还记得小学语文课本上，关于司马光砸缸的小故事，在司马光小的时候，和小伙伴们一起玩耍，其中有一位小伙伴不小心，掉进一个装满水的大缸里，其他小伙伴听到声音后，吓得纷纷跑回家找大人求救。司马光拾起了一块大石头，打破了水缸让水流了出来，这位小伙伴得救了。每...

[拆解问题的技术](#) [下载链接1](#)