

解决100个烦恼的100种设计



[解决100个烦恼的100种设计 下载链接1](#)

著者:南云治嘉

出版者:天津教育出版社

出版时间:2015-7-1

装帧:

isbn:9787530960691

《解决100个烦恼的100种设计》列举了100个日常生活中无论是谁都曾遇过的烦恼，并且全部以设计的角度来解答。让我们一同来看看这些解决之道，并从中学习“改变自己的方法”吧！不知道穿什么样的衣服、包包里总是放满杂物、没读完的书堆积如山、不知道怎么欣赏绘画、想结婚却结不了婚、早上爬不起床、常常便秘……别怀疑，这些你每天会遇到的烦恼，都能用“设计”去解决。无论是什么样的答案，只要能解决烦恼，就是优秀的设计。

而设计，要到被使用的一刻才算完成。好不容易得到的设计灵感，若只是停留在脑中就毫无意义。实际上使用看看，得到效果（解决了问题）才算是完成。《解决100个烦恼的100种设计》让各位读者使用才是作者的目的。当你的烦恼得到解决时，《解决100个烦恼的100种设计》的设计才算完成。所以在每天的生活中，尽情地运用设计吧！

作者介绍:

南云治嘉（Nagumo Haruyoshi）设计师。1944年生于东京，毕业于金泽美术工艺大学产业美术学科。现任

Communication学部教授，授课内容有设计概论、构思论、色彩论等，以解释“设计是一种体贴”的风趣讲课博得学生人气。1990年设立有限公司“ALX-J”，身为艺术总监及平面设计师进行工作之外，也进行关于基础设计与色彩相关研究，提倡常用设计与色彩生理学。著有《常用设计》、《传单设计》、《视觉表现》、《色彩设计》、《和风彩色图表》（以上均为Graphic社出版）等多种。

目录: 前言你的人生中所缺少的只是设计第一章

关于购物的烦恼1.不知道选择什么礼物……设计的梗概2.不知道自己适合什么样的衣服……设定目标3.廉价服饰怎样穿出高雅品味……运用评价和效果测定的方法4.怎样抵抗名牌的诱惑……品牌设计5.如何抑制购物的冲动……转移注意力6.总是轻信售货员的劝购……拒绝的设计7.总是重复购买相同的物品……追求新意的设计8.看到购物传单，就想把它们全部买下来……传单设计的基础9.想买的东西太多，反而不知道要买什么……优先选择法10.想要买车，但是没有中意的车型……不完美设计第二章

关于使用的烦恼11.没有读的书积压如山，不知道该怎么办……设计调查法12.忘记自己有什么样的衣服了……视觉调整法13.无法好好地利用记事本……使用“特别”记事本14.不知道怎样利用剩余的食材做菜……视觉形象法15.舍不得扔东西……设计版“丢弃的方法”第三章

关于呈现的烦恼16.无法决定今天要穿什么衣服……确认清单的方法17.不知道如何搭配衬衣和领带……配色表18.喜欢的发型和适合自己的发型不同……设计程序19.手提包里面乱七八糟……缺点认识法20.想要改变房间的装饰图案……设计居住方式21.想要制作出酷酷的网页……版面设计的基础22.照片拍得不好……摄影的基础23.不懂得怎样欣赏图画……打动心灵的图画24.缺乏色彩感……色彩也是语言25.想知道穿什么颜色的衣服才能捕获他（她）的心……色彩的引诱性第四章

关于玩乐的烦恼26.找不到人陪自己玩儿……锁定目标27.提不起兴致去玩儿……改变一成不变的作风28.不懂得怎样度过闲散的日子……放松心情29.不追星，不时尚……娱乐的本质30.被人邀请去看很无聊的电影……增加兴趣的方法31.去喝一杯吧……活动的设计32.

改不掉赌博的恶习……活动专案的设计33.周六很闲很无聊……快乐的设计34.不知道该怎样玩儿……设计玩法35.想引人注目……自我呈现的方法第五章

关于创作的烦恼36.提不起兴致做饭、做菜……产生动机的设计37.想做各种各样的卡片……卡片就是信息38.想要自己制作日历……日历的设计39.想为孩子们制作图画书……图画书的设计40.想制作护身符……让爱成形41.没有作画的资质……作画的练习方法42.缺乏想象力……想象力第六章

关于健康的烦恼43.便秘……进行预防的设计44.特别想减肥……将决心持续下去的方法45.每天都在便利店解决晚饭……吃饭的设计46.好想戒烟……用“过去式”表现未来47.最近总觉得自己老了……设计“活力”48.到众人跟前非常紧张……应对状况的设计第七章

关于学习的烦恼49.无法集中注意力……设计“反复”50.真的很想获得资格认证……设定阶段目标51.进入社会工作以后，才想要学习……欲望和积极向上的设计52.尽管学习很努力，可还是不会说英语……发挥“未完成”作用的设计53.不会写汉字……字体的设计54.想试着做新鲜的事情……想象——导出结果55.无法自学……学习步骤的设计第八章

关于工作的烦恼56.没有自己想做的工作……追求可能性的设计57.工资少得可怜……关于“接受”的设计58.男朋友不肯工作……灵活运用漫画的表达效果59.工作太忙……自我评价和创造时间法60.做什么事都错误百出……防止错误的计划61.下属不听从领导……使交流呈现最好的状态62.上司很固执……上下关系的设计63.很想换换工作……弄清原因64.我是为了什么在工作呢？……使问题简单化的设计第九章

关于加入团体的烦恼65.

想在公园公开亮相……开场仪式66.对做志愿者有兴趣……重视准备工作67.应酬时总是畏畏缩缩……艺术导向与设计导向68.不擅长做负责人的工作……管理事物的“行进”69.不想待在群体里面……劝说的技术第十章

关于联络的烦恼70.每隔五分钟就看一下手机……恢复你的想象力71.不自觉地和其他人

比较……独特性72.朋友很少……距离感的设计73.交谈进行不下去……交谈能力就是想象力74.不明白邮件信息的真正意思……如何了解别人的想法75.不知道如何保持与他人的距离……抽象与概念的视觉化第十一章

关于爱情的烦恼76.说我八面玲珑……把缺点转换成优点的方法77.不会使用敬语……掌握敬语的技巧78.过于爱憎分明……性格的再构成79.不能顺畅地与异性交谈……了解对方的战略80.找不到恋人……奇迹是这样发生的81.决定不了约会内容……演绎惊喜82.异地恋情……改变事物本质的方法83.想结婚了，却结不了……从圈定化走向固定化84.不知道怎么和家里人沟通……“参加型”交流85.看到自己身上令人讨厌的缺点……实现梦想须遵守的三条准则第十二章

关于生活的烦恼86.早上起不来……原因与结果的法则87.在地铁站迷路……把握整体88.不能保持记日记的习惯……责任感的设计89.依赖电视机……认识到“时间有限”90.希望能够喜欢上雨天……寻求快乐法91.明明很节俭却存不下钱……用数字进行思考的方法92.借用的钱却还不上……自我暗示法93.想放开却做不到……“减法式”的思考94.不想犹豫不决，想变得干脆果断……灵活运用“概念图表”95.想合理利用时间……不加班的合理工作法96.只会模仿别人……合成式的思维97.每天的生活都很无聊……努力的效果98.想做的事情太多……根据时间轴进行规划99.没有梦想……赋予“梦想”实际形态的设计后记人生就是设计

• • • • • [\(收起\)](#)

[解决100个烦恼的100种设计_下载链接1_](#)

标签

设计

创意

生活

设计生活

日本

解决烦恼

南云治嘉

评论

100个小话题，但是方法说的不多，实践性不强，主要是让你心里养成那种解决问题的习惯。

翻看书的左边标题都是问题多多，右边有图的标题都是比较正面的解决方法～看看标题也不错～收获一点小灵感。

“如果是因为好恶而选择购买的衣服，永远也买不到合适的衣服。是展现的问题，适合各种不同的场合。对于名牌的依赖意味着你对于自己内在的美没有明确的标准。有很好的审美意识。速度和笑容让人年轻。

想看到完美的自己，就和各种不同的人多多交流。把自己的好恶抛开，弥补自己的不足。”

操作性一般

日本风味严重，作者从周围的朋友中搜集了日常的500个烦恼中挑选100个烦恼，然后一边是文字，另一边是类似ppt风格的图示和漫画，解释怎么通过设计，让自己更加愉快地去一一解决这些烦恼。并说设计的本质是“让人舒服适意”。平易近人。

设计入门书，没有在书店随便翻的时候那个惊艳感。

油盐不多

实用性几乎为零

恩~看过我都开始画画了

提供解决思路 有的是还不错的 难道还以为 读完就无烦恼了？！

好有爱阿，哦依稀

解决毛啊，还不是要靠自己

好吧 早上起不来就是我意志太薄弱，时间观念差！

我说你怎么看着这么眼熟！！！！

没有人会按照书上的方法去解决问题 困难一出现 什么都忘了

看完我热血沸腾的回宿舍了~~

可以按照列出的烦恼自己寻找答案。

不是很好，建议大家不要买 讲的东西很普通。不是讲设计，而是讲怎么生活

基本没意义，半小时翻完

201608#
一个小时翻了下，这个主题比较奇葩。但是出版社要严重批评，文字里面多次提到彩图，书里却没有，引进的时候删减可以理解，但是文字至少要相应调整吧。

不明白当年为什么要买这本书

比较套路

[解决100个烦恼的100种设计_下载链接1_](#)

书评

[解决100个烦恼的100种设计_下载链接1_](#)