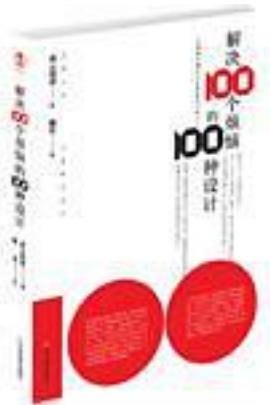


解决100个烦恼的100种设计



[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、早上爬不起来、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

Digital Hollywood大学Digital

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“ハルメージ”，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……放松心情的设计
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

第五章

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

第六章

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

第七章

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

第八章

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

第九章

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

第十章

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

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](#)