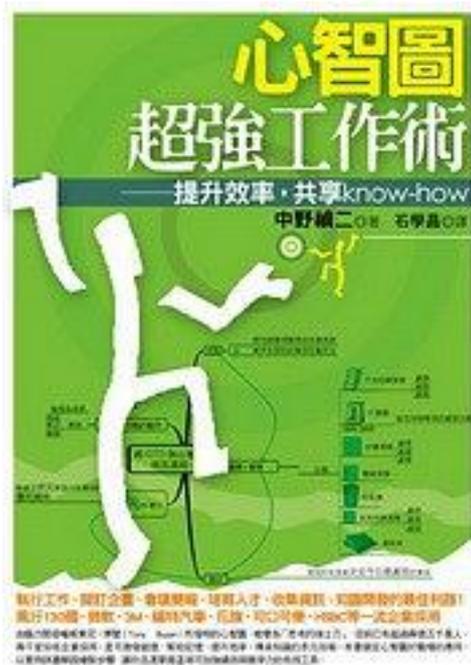


心智圖超強工作術



[心智圖超強工作術 下载链接1](#)

著者:中野禎二

出版者:世茂出版有限公司

出版时间:2009-12

装帧:平装

isbn:9789866363269

執行工作、擬訂企畫、會議簡報、培育人才、收集資訊、知識開發的最佳利器！

風行130國，微軟、3M、福特汽車、花旗、可口可樂、HSBC等一流企業採用

由腦力開發權威東尼·博贊（Tony Buzan）所發明的心智圖，被譽為「思考的瑞士刀」，目前已有超過兩億五千萬人、兩千家知名企業採用，是可激發創意、幫助記憶、提升效率、傳承知識的多元技術。本書鎖定心智圖於職場的應用，以實例詳盡解說繪製步驟，讓你迅速掌握這項可加強績效與競爭力的有效工具。有了心智圖，你的思路將更清晰敏銳，工作也會更得心應手。從今天起，指派工作或承接任務、訂定待辦事務處理程序、撰寫企劃案、規劃會議議題與流

程、整理與分享會議紀錄、製作簡報、企業內訓、收集與統整參考資料、彙整人脈資料、知識管理……等重要作業，請使用心智圖！

何謂心智圖？

心智圖是以關鍵字繪出放射狀圖樣的工具，有著「協助思考並同時進行圖解」的功能，任何人均能輕鬆上手，而且製作與檢視都能迅速完成。

心智圖的特點

改善思考僵化，激發創意

讓使用者能綜觀全貌，不遺漏任何重點

以圖像呈現，比文字更容易理解

讓經驗（非形式知識）輕易轉化為形式知識

透過顏色、圖像等表現，能強化閱圖者直覺理解的效果

可作為輔助理解事物的圖解技術

能讓閱圖者更容易理解自己的想法

實際在職場中運用心智圖時，必須將重點置於「繪製出能使他人輕易理解的心智圖」。若在心智圖中使用只有自己才看得懂的關鍵字或圖示，便無法使對方充分理解。

心智圖的繪製方法

準備一張白紙，並將其橫放於桌上。

在白紙正中央寫上作為主題的字串，並在其周圍畫上與該字串相關的圖像（或圖案）。

由正中央開始向周圍延伸分支，並於各分支線上端，寫上與中央字串或圖像相關的標題。分支線的長應與字串的長度相當。越接近中央的分支線越粗，而越接近末端的分支線則應越細。另外，標題的數目若過多將會導致閱讀上的困難，因此應控制在七項以內。

接著在各標題下方寫上相關的副標題。只須將當下所想到的、足以表現該標題內容的關鍵字寫出即可。

在繪製各標題的分支時，要盡量繪出平順優美的線條。

使用的單字應具備次序性（依照性質排列順序）或邏輯性為佳。

在分支線及單字上塗上顏色。

在分支字串的前後加入記號或圖案（圖像文字）。

想要強調分支線上的字串時，可使用圈選或著色等方式。

想要強調某一區塊的分支線時，可圈選整塊區塊或加上色塊。

○11檢視整體架構，並於其中加入誇張、幽默等表現方式，藉以創造出豐富多變的特色。

心智圖於工作現場的運用

承接工作

當上司交付工作給自己時，必須正確地理解工作的內容與程序。事實上，這是相當深奧的步驟，菜鳥與經驗豐富的業務員對同一份工作的理解必會有所差異，而部屬的定位也會因上司的認知不同而改變，因此，如何與上司建立良好的溝通與互動管道，通常是許多業務員的煩惱。此時若能善加運用心智圖，便能將腦中紊亂的想法整理成條理分明的內容。

擬定企劃案

企劃負責人運用心智圖工具來進行作業的實例比比皆是。無論是激發創意、構思或撰寫企劃案等階段，心智圖均能派上極大的用場。但實際上，光憑藉心智圖本身所具備的功能，並無法刺激出源源不絕的創意與令人耳目一新的企劃案。這是因為創意並不會憑空出現，而必須藉由腦中長久以來累積的大量資訊與智慧催化方能誕生。本書將告訴大家如何運用心智圖來完成獨一無二的企劃案。

製作會議紀錄

在職場上，最常使用心智圖的場合就是會議，運用心智圖來製作會議紀錄就占有相當大的比例。並非是以手繪方式製作心智圖，而是使用電腦軟體來製作，理由如下：

- 將書面企劃案透過電腦呈現，將可使所有與會者均能看見企劃心智圖的全貌。
- 與會者的意見將可即時反映於企劃心智圖中。由於參與討論企劃的與會者均能同步看見心智圖的變化，因此將更容易理解該企劃案與所討論的內容。
- 由於會同步製作會議紀錄，因此在會議結束時紀錄將已接近完成，只須稍作修訂，就可將以心智圖格式呈現的會議紀錄分發給與會者。若與會者不習慣閱讀心智圖，則可利用心智圖軟體將其轉換為Word等文字檔案後再行分發。
- 會後所分發的心智圖會議紀錄較條列式會議紀錄容易理解，與會者也比較容易回想起會議中所作出的各項決策。

企劃簡報

簡報技術（presentation）是業務員的必備能力。在簡報時，為使與會者均能充分理解，簡報內容必須明確而條理分明，簡潔易懂。說明企劃案之前也要先闡明企劃背景，以吸引聽眾注意，還必須具備足夠的簡報技巧，能善加利用表情、姿勢與聲音與簡報軟體來提升效果。而透過心智圖進行簡報，將可充分達成以上要求。心智圖可使用在擬定企劃案階段與實際執行企劃案階段。

人才培育

過去的職場根深柢固地認為「用眼睛學習！」是不可動搖的準則，使得上個世代的主管不僅鮮少有傳經授道的經驗，部屬也多具有出眾的獨立學習精神。然而，今日的二十與三十世代的年輕職員卻得時常接受內部訓練，也間接使得上司的責任與日俱增。而運用心智圖，能讓人才培育工作更事半功倍。

資料收集

許多人必須長時間地使用電子郵件處理各項事務，想將複雜而不易閱讀的郵件轉成易於理解的內容，以及將郵件內容與其他已化為心智圖的資訊作超連結時，都可以使用心智

圖。另外，一般人通常會將所需要的網頁存入「我的最愛」中，但當「我的最愛」中保存的網頁數量太多時，整理起來就會相當費時，網頁也無法與其他網頁相互連結，使用上常會造成不便。而心智圖軟體能在各分支上插入超連結，只要直接將各網頁的網址貼上，即可完成心智圖與各網頁的連結。有些心智圖軟體還具備點選瀏覽器上的選項，即可自動完成URL連結的功能。

作者介紹:

中野禎二

一九八四年進入日本系統技術股份有限公司，除了開發測量控制系統、報社適用的CAD系統等多項IT系統外，還有企劃管理、後設資料庫（Metadata Repository）工具（如Rochade、CA Repository）的導入諮詢，以及銷售軟體程序管理工具、心智圖製作工具軟體MindManager事業的企劃與實施。二〇〇五年進入Neoteny Venture開發有限公司就職，並致力於將Mind Manager推廣為創業的支援工具。另擁有NLP高階執行師（Master Practitioner）資格。著有《心智圖圖解術——直搗核心，解決問題》

目錄: 第一部

準備篇 何謂心智圖?

第二部

第1章 心智圖工作術

1 承接工作

2 訂立工作計畫

3 執行計畫

4 使用心智圖進行生活管理術

第2章 變身企劃達人

1 失敗的企劃案之特徵與因應對策

2 使用心智圖來撰寫企劃案

3 思考企劃案製作流程

第3章 令人驚豔的會議術

1 會議的前置作業

2 會議中的心智圖運用術

3 會議結束後共享心智圖的方法

第4章 用於簡報

1 進行簡報前的準備工作

2 簡報實戰

第5章 人才培育術

1 將部屬的日常活動製作成心智圖

2 將心智圖導入企業教練課程

3 將企業遠景繪成心智圖

4 運用心智圖進行自我指導

5 將心智圖融入導師制度中

第6章 資訊收集術

1 將文字檔化為心智圖

2 將網頁整理成心智圖

3 使用心智圖來進行檔案統整

4 善用RSS來閱讀新聞

5 運用心智圖來彙整人脈

6 將書籍資訊整理成心智圖

第7章 開發認知

- 1 記錄資訊
 - 2 分析資訊並加以整理
 - 3 創造嶄新的認知
 - 4 累積認知
 - 5 共享與活用知識
 - 6 製作心智總圖
- 第8章 用電腦軟體製作心智圖
- 1 手繪心智圖的優點及表現限制
 - 2 電腦心智圖軟體的優點
 - 3 適合組織使用的心智圖
- 第9章 行動型心智圖
- 1 外出時也不忘繪製心智圖
 - 2 W-ZERO 3與Mind Manager的綜合應用
- 第三部
- 對談：深思熟慮才能繪製出簡單易懂的心智圖 最首英裕／中野禎二
- • • • • [\(收起\)](#)

[心智圖超強工作術_下载链接1](#)

标签

时间管理

思维导图

工作方法

方法

方法论

NLP

自我管理

思考能力

评论

看过<三招十八式>,就不用看这个了.

太繁琐了，也不是所有工作都要做這麼詳細的presentation，不過感覺心智圖這種東西很適合以詳盡細心出名的日本的工作方式

没想到豆瓣竟然没这本书，找了半天再把它建起来。对于刚接触心智图的人可能感觉还行，入门版本。我还是喜欢用思维导图做读书笔记。

没看出什么特别的。

本书主要介绍了思维导图在工作中的应用，利用思维导图的方式承接工作任务并完成；利用思维导图的方式安排、进行并总结会议内容。利用思维导图制作企划案、报告、培养人才、收集资料、开发认知等。

思维导图，在工作和生活等各方面的运用。

利用别人的总结吧

承接工作和企划案制作的思路不错，其他算了吧

就是思维导图而已

据说是一部过时的好书 所以是了解大概思路而已

思维导图

[心智圖超強工作術_下载链接1](#)

书评

[心智圖超強工作術_下载链接1](#)