

۲۳۹۱۲.۵

حل مسئله به روش اینشتین

تفکر هوشمندانه، حل خلاقانه مسائل و داوری صحیح

نویسنده: پیترو هالینز

مترجم: فاریا جنیدی

www.ketab.ir

سرشناسه	:	هالینز، پیتز	Hollins, Peter
عنوان و نام پدیدآور	:	حل مسئله به روش اینشتین: تفکر هوشمندانه، حل خلاقانه مسائل و داوری صحیح / نویسنده: پیتز هالینز؛ مترجم: فاریا جنیدی.	
مشخصات نشر	:	تهران: سبزان، ۱۴۰۲.	
مشخصات ظاهری	:	۱۶۰ ص.	
شابک	:	978-600-117-697-5	
وضعیت فهرست‌نویسی	:	فیبا	
یادداشت	:	عنوان اصلی	Think like Einstein
عنوان دیگر	:	تفکر هوشمندانه، حل خلاقانه مسائل و داوری صحیح.	
موضوع	:	حل مسئله	Problem solving
	:	اندیشه و تفکر خلاق	Creative thinking
	:	استدلال	Reasoning
	:	حافظه - تقویت	Mnemonics
	:	هوش	Intellect
شناسه افزوده	:	چیندی، فاریا، ۱۳۴۹ - ، مترجم	
رده‌بندی کنگره	:	۴۴۹ BF	
رده‌بندی دیویی	:	۱۵۳/۴۲	
شماره کتابشناسی ملی	:	۹۲۲۷۱۸۳	
اطلاعات رکورد کتابشناسی	:	فیبا	



انتشارات سبزان

میدان فردوسی - خیابان موسوی (فرست) ساختمان ۵۴ تلفن: ۸۸۳۱۹۵۵۸-۸۸۸۴۷۰۴۴

حل مسئله به روش اینشتین

تفکر هوشمندانه، حل خلاقانه مسائل و داوری صحیح

• نویسنده: پیتز هالینز

• مترجم: فاریا جنیدی

• ناشر: سبزان

• حروفچینی، صفحه‌آرایی و لیتوگرافی: واحد فنی سبزان

۸۸۳۴۸۹۹۱ - ۸۸۸۴۷۰۴۴

• نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۳

• تیراژ: ۷۰۰ نسخه

• قیمت: ۱۴۸,۰۰۰ تومان

• چاپ و صحافی: واژه

فروش اینترنتی از طریق سایت آی‌آی‌کتاب www.iiketab.com

ISBN: 978-600-117-697-5

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۱۷-۶۹۷-۵

فهرست

مقدمه ناشر.....	۷
سخن مترجم.....	۹
مقدمه.....	۱۱
فصل ۱ موانع تفکر روشن و صحیح.....	۱۵
۱- سستی و تبلی.....	۱۶
۲- مغالطه (استدلال غلط).....	۱۸
۳- خطای شناختی (برداشت غلط).....	۲۲
۴- تفکر بسته (تفکر انعطاف‌ناپذیر).....	۲۵
فصل ۲ سه چارچوب فکری معروف.....	۲۹
۱- مدل فاسیون.....	۳۰
۲- مدل تفکر قرمز.....	۳۴
۳- مدل پل-الدر.....	۳۸
فصل ۳ حل خلاقانه مسئله.....	۴۵
۱- اصل مسئله را بیابید.....	۴۷
۲- اقدام کنید تا به نتیجه برسید.....	۴۹
۳- ادغام ایده‌های متفاوت.....	۵۱
۴- فرض کنید اگر.....	۵۳
۵- نقش بازی کنید.....	۵۵
فصل ۴ روش سقراط.....	۵۹
فصل ۵ تصمیمات هوشمندانه‌تر.....	۶۷

فصل ۶ | شما چه نوع هوشی دارید؟ ۷۵

۱- هوش کلامی-زبانی ۷۷

۲- هوش منطقی-ریاضی ۷۸

۳- هوش فضایی-دیداری ۷۹

۴- هوش بدنی-حرکتی ۸۰

۵- هوش موسیقایی ۸۱

۶- هوش بین فردی ۸۲

۷- هوش درون فردی ۸۳

۸- هوش طبیعت‌گرا ۸۴

فصل ۷ | سوخت‌گیری موتور ۸۷

۱- کاری نکنید ۸۸

۲- به ریتم خود توجه کنید ۸۹

۳- تغذیه صحیح را فراموش نکنید ۹۱

۴- استرس را کاهش دهید ۹۳

۵- خواب ۹۴

فصل ۸ | حافظه خود را تقویت کنید ۹۷

۱- تکنیک تکرار در فواصل زمانی مشخص ۱۰۰

۲- فلش کارت ۱۰۲

۳- نمونیک (یادافزا) ۱۰۴

۴- داستان ۱۰۵

۵- از حواس خود بهره ببرید ۱۰۷

فصل ۹ | تأثیر موتسارت، شطرنج و تربیت مغز ۱۰۹

۱- تأثیر موتسارت ۱۰۹

۲- شطرنج ۱۱۲

۳- تربیت مغز ۱۱۴

فصل ۱۰ | ارزیابی اطلاعات ۱۱۷

۱- هم‌زمانی دلیل نمی‌شود ۱۱۸

۱۱۹	۲- مغالطه قمارباز
۱۲۱	۳- سوگیری انتخاب
۱۲۳	۴- حاشیه خطا
۱۲۴	۵- اصطلاحات گمراه کننده
۱۲۷	فصل ۱۱ ماشین ایده سازی شویم
۱۲۸	۱- کیفیت و کمیت
۱۲۹	۲- راه های غیر معمول را امتحان کنید
۱۳۰	۳- آخرین فرصت
۱۳۱	۴- گلوله برفی
۱۳۲	۵- از القبا استفاده کنید
۱۳۲	۶- فاصله روان شناختی
۱۳۴	۷- بی حسی
۱۳۵	۸- دزدی
۱۳۷	فصل ۱۲ داوری صحیح
۱۳۷	۱- دیدگاه متوازن
۱۳۸	۲- درک استدلال قیاسی
۱۳۹	۳- تردید
۱۴۱	۴- تعصبات خود را بشناسید
۱۴۵	فصل ۱۳ کشف تئوری نسبیت
۱۴۷	۱- سوار بر شعاعی از نور
۱۴۸	۲- قطار و صاعقه
۱۵۱	نتیجه گیری
۱۵۳	راهنمای فصول و خلاصه مطالب
۱۵۷	نمایه

مقدمه ناشر

دانایی توانایی است

در دنیایی که همواره رو به پیشرفت است و هر لحظه، مرزهای آگاهی و دانش یکی پس از دیگری فرومی‌ریزد و بر شگفتی‌هایش افزوده می‌شود و حجم عظیم ناآگاهی‌هایمان بیش از پیش نمایان می‌گردد، همگام‌شدن با این حجم از تحولات و پیشرفت‌های علم و فناوری کاری دشوار می‌نماید. شاید یکی از راه‌ها برای دستیابی به این مهم، ترجمه و نشر کتاب‌های علمی باشد تا از این طریق، گامی ناچیز در راه اعتلای دانش همگانی و آشنایی با دستاوردهای جدید علمی در اقصی نقاط جهان برداشته شود.

بر کسی پوشیده نیست که یکی از آسان‌ترین و بدیهی‌ترین راه‌های آشنایی با پیشرفت‌های علمی، مطالعه کتاب‌هایی از این دست است تا علاوه بر افزایش آگاهی، از تجربیات ارزنده همه دانشمندان و نویسندگان هم‌عصرمان و یا آنانی که پیش از ما زیسته و میراث ارزشمندشان را برایمان باقی گذاشته‌اند بهره ببریم.

انتشارات سبزان، با نشر کتاب‌های متنوع علمی عامه‌پسند و حتی الامکان به‌روز، تلاش دارد تا در این مسیر، یاریگر علاقه‌مندان به کتاب و علم باشد. در این راستا، سعی‌مان بر این است که از زحمات و تجربیات نویسندگان و مترجمان در رشته‌های مختلف بهره ببریم و جا دارد در اینجا از همه آنان تقدیر و تشکر نماییم.

بدون شک، به‌منظور رشد و اعتلای این مجموعه کتاب‌ها، و افزایش کیفیت عناوین، نیاز به یاری و مشاوره همه فرهیختگان داریم. دستانمان را به‌سوی شما دراز می‌کنیم و به‌جد می‌خواهیم ما را از انتقادات و راهنمایی‌هایتان بی‌نصیب نگذارید که بدون شلاق نقد، هیچ فولادی آبدیده نخواهد شد.

انتشارات سبزان

سخن مترجم

مجموعه کتاب‌های حل مسئله به روش ... تلاش دارند خوانندگان را با روش‌های اصولی و مشهور تفکر در دنیا آشنا کنند. هدف این کتاب‌ها معرفی راهکارهای علمی حل مسائل روزمره و حرفه‌ای است. اما نویسنده با استفاده از نام و روش کار شخصیت‌هایی که در حل مسائل، شهرت جهانی دارند، سعی کرده موضوع را برای خوانندگان مقرون به ذهن نماید. یکی از این شخصیت‌ها آلبرت اینشتین، بزرگ‌ترین دانشمند فیزیک نظری در قرن بیستم است که آزمایش‌های فکری او منجر به ارائه نظریه مهم نسبیت شد.

مقدمه

آیا این معما را شنیده‌اید؟

وسط اتاقی خالی، مردی با طناب از گردن به سقف آویخته شده و مرده است. هیچ وسیله‌ای داخل اتاق نیست و راه ورود و خروجی وجود ندارد. فقط مقداری آب زیر پای مرد دیده می‌شود.

این مرد چگونه مرده است؟ (چه چیزی باعث کشیدگی طناب، فشار به گردن و خفگی او شده است؟)

متأسفانه مجبورم جواب معما را لو بدهم: آبی که اکنون زیر پای مرد ریخته شده، قبلاً یک بلوک یخی بوده که ذوب شدن تدریجی آن موجب فشرده شدن گلو با طناب و مرگ مرد شده است.

اولین باری که این معما را شنیدم، در مدرسه و سر کلاس تاریخ بودم. با عده‌ای از دوستانم که کلاس نشسته بودیم و بی‌توجه به توضیحات دبیر در مورد انقلاب فرانسه، برای هم چیستان طرح می‌کردیم.

ساعت ۹ صبح یکی از دوستانم این معما را طرح کرد و من وقت نهار با جواب‌های احتمالی‌ای که به ذهنم می‌رسید، یک لحظه راحتش نگذاشتم. طبق قاعده بازی از او سؤال می‌کردم و او با «بله و خیر» پاسخ می‌داد. بعد از مدرسه هم تا لحظه‌ای که مادر دوستم به دنبال او بیاید و سوار ماشین بشوند دائم دنبال پیدا کردن جواب معما بودم.

باقی آن روز پاسخ قابل قبولی به ذهنم نرسید و تا روز بعد که باز سر کلاس تاریخ از همکلاسی‌ام خواستم جواب معما را به من بگوید، فکرم درگیر بود. وقتی جواب را شنیدم به نظرم خیلی آسان و بدیهی بود. چرا خودم نتوانسته بودم پاسخ را پیدا کنم؟

آن موقع متوجه نبودم ولی الان می‌دانم اشتباهم این بود که خیلی سطحی به موضوع نگاه می‌کردم. سؤالاتی که به ذهنم می‌رسید فقط پیرامون این بود که چطور یک نفر توانسته از خارج اتاق وارد آن شود، طناب دار را بکشد، مرد را کشته و مخفیانه خارج شده باشد. متوجه نبودم اتاق تنها استعاره‌ای از نفوذناپذیری بود. نمی‌توانستم چهارچوب ذهنی‌ام را بشکنم و به این فکر کنم که آب زیر پای مرد چند ساعت قبل، قطعه بزرگی از یخ بوده است.

وقتی پاسخ معما را از دوستم شنیدم، ذهنم باز ماند. متوجه شدم باید به تک‌تک عناصر توجه می‌کردم و فکر می‌کردم آنها اکنون چه هستند و قبلاً ممکن بود چه باشند. نباید فقط به ظواهر اکتفا می‌کردم. از سال‌های دبیرستان به بعد یاد گرفته‌ام که گرچه توجه به عناصر موجود، امر مهمی در حل مسئله است اما کافی نیست. دقت در صورت کنونی عناصر، تنها بخشی از پازل بزرگ تفکر خلاقانه و صحیح است. تفکر صحیح روش دارد و اگر بتوانید با آن روش فکر کنید، اینشتین را هم به تحسین وامی‌دارید: gut gemacht به آلمانی یعنی «احسنت!»

من برای حل معما و درک این موضوع که ذوب شدن یخ زیر پای مرد ممکن بود موجب مرگ او شود نیاز به پنداری خلاقانه داشتم. خوشبختانه امروز اطلاعات، روش‌ها و تکنیک‌های فراوانی برای تفکر خلاقانه یافته و جمع‌آوری کرده‌ام. این تکنیک‌ها می‌توانند شما را هم در حل مسائل یاری کنند.

همه ما به‌رغم تحصیلات دانشگاهی که گذرانده‌ایم، هیچ‌گاه چگونه فکر کردن را نیاموخته‌ایم. می‌دانیم چطور باید کلاس‌ها را بگذرانیم، درس را حفظ کنیم و در امتحانات پذیرفته شویم اما آیا زمانی که لازم است در مورد مسئله‌ای فکر کنیم از پس آن برمی‌آییم؟

برای بهتر فکر کردن راه‌هایی علمی وجود دارند که درستی آنها اثبات شده است. راه‌هایی که شاید دانستن آنها موجب ترغیب شما به نوشتن نظریه‌ای در رد تئوری نسبیت عام اینشتین نشوند، ولی قطعاً اشتباهات شما را به حداقل می‌رساند و کمک می‌کنند تصمیمات بهتری بگیرید و به‌طور کلی در انتخاب‌هایتان هوشیارتر شوید: راه‌هایی برای بهتر اندیشیدن به‌طور مستمر. وقتی این روش‌ها را یاد بگیرید، سؤالات بیشتری به ذهنتان خطور خواهد کرد. اما یادتان باشد طرح سؤال درست، اهمیت زیادی دارد زیرا نشان می‌دهد می‌دانید کجا باید به دنبال پاسخ باشید.

حالا سریع فکر کنید ببینید پاسخ این معما را می‌دانید؟ ژانت و دنیل روی میزی افتاده و مرده‌اند. اطراف آنها پر از شیشه‌های شکسته و آب است. آنها چطور مرده‌اند؟ پاسخ این یکی معما را اینجا لو نمی‌دهم. جواب آن را در پایان کتاب خواهید خواند.

- پیترا