

5.14 《这样读书就够了》第二次课程 讨论定版四级大纲

1.描述本书适用的用户特征及需求分析

三类用户特征兼顾，重点关注第一类，概括起来，本次拆书课的用户是有意愿提升自己，个人突破，个人发展的职场人士和持续学习者。

同步自文档:

<https://pxp9lose5pg.feishu.cn/docx/Qxdvd3rXioI5JZxflfCckvxCnlb#Xposd6PZqsz8Zvb1UzrctU2KnVd>

1. 繁忙的职场人士（重点用户）

这类用户可能是工作繁忙，时间有限，但渴望提升自己的学习能力以应对工作和生活中的挑战。

可能希望学习如何更有效地阅读、理解和应用知识，以提高工作效率和解决问题的能力。

2. 持续学习者

这些用户对学习有持续的兴趣，并且愿意不断提升自己的能力和知识水平。

他们可能已经意识到传统的学习方法存在局限性，希望寻找更有效的学习方法来加速个人成长和发展。

3. 职业发展者

这类用户可能渴望在职业生涯中取得更大的成就，但可能面临知识获取和能力提升的障碍。

他们可能正在寻找方法来提升自己的学习能力，以在竞争激烈的职场中脱颖而出。

2.用户可能遭遇的痛点问题

痛点描述

1. 时间与精力压力：用户可能经常感到时间不够，精力不足，难以有效学习。

痛点问题描述：用户可能因为工作和生活压力而感到无法专注于学习，从而导致学习效率低下，无法实现个人成长目标。

2. 学习困难与挫折：用户可能遇到阅读困难、记忆障碍或无法将知识应用于实际问题的挑战。

痛点问题描述：用户可能因为无法克服学习障碍而感到挫折，怀疑自己的学习能力，从而影响了学习动力和效果。

3. 缺乏自我导向与应用能力：用户可能在学习过程中缺乏自我导向，难以将学到的知识应用于实际工作中。

痛点问题描述：用户可能感到学习成果不能转化为实际能力提升，导致学习感受空洞，无法满足职业发展的需求，影响个人成就和职场竞争力。

想学学不进，时间是碎片，信息也碎片，看了记不住，用了没作用，照样走老路。

看书看不进，想学没能力，思考没深度，提升无路径，不从己出发，盲目瞎模仿。

知识搬运工，碎片裱糊匠，能力没提高，自我还良好，一问啥都会，深究啥都废。

痛点问题提炼

痛点问题提炼即 4-5 月份我们两次课程需要解决的来听课的学习者的诉求问题，因为时间的缘故，我们没有在会议现场去做更加细化的痛点问题拆解和细化，讨论具体的问题解决路径，但是实际的思考过程中是非常有必要进行问题澄清、问题拆解、问题现状与解决终点梳理、问题解决路径假设和求证等思考步骤的。

1. 如何通过高效的学习将日常涌进来的信息进行筛选和整合，快速迁移到生活和职场中，解决自己遇到的问题？

2. 如何通过更深度地实践这个学习方法论，有效改变自己学习的思维模式，提升知识转化为能力的的能力，改善自己学而不会的窘境？

3.知识点选择+问题解决路径+片段逻辑搭建 最终片段选择的结论

4 月份 (1*4*5) 11-18- (6*8) -19- (22*) -23

5 月份 24-25-26

【保留下来对我们设计有帮助和提示的知识点】

1.所谓学习能力（前言第一页）

成年人的很多麻烦都是因为学习能力不足。这里所说的学习能力，不是快速读书、

记忆知识、应对考试的能力，而是改变行为、解决问题、升级能力的的能力。

2.读书无用论的本质（引言第一页）

读书无用论的本质是，学习者不具备是学习有用的能力。

3.伪学习（引言 XV-XVIII）

追逐各类“干货”-追逐各类“大神”-崇拜各种“新知”-沉迷于不解决实际问题的努力

4.拆书是什么（引言 XXI）

“拆书”是一种学习方法论，适用于以提升能力、解决问题为目标的成人学习。

5.三大问题

① 问题 1：没时间、没精力（P005-006）

生存余力的概念，生存力量越小（分子），生存负载越大（分母），生存余力越小，这是常态

② 问题 2：看不懂、记不住(P007-008)

阅读≠创造价值

理解和记忆知识≠创造价值

改变行为≈创造价值（只发生在将读来的或者听来的知识内化和反思之后）

③ 问题 3：看不下去（018-019）

不必读完，只要你能将读的书在工作上用上一丁点儿，图书给你创造的价值就已经远远超过书价

没有充裕的生存余力，那么更应该给自己装备上投资收益率最高的学习方法

6.解决三大问题的学习方法论应具有的特征（020-021）

① 它不会成为新的生存负载

② 它强调自我导向，说白了就是只自己的解决问题，而不以知识、内容、老师、课、信息的主导

③ 致力于内化和应用知识，实现能力提升和行为改变，而不是致力于理解和记忆知识

8.有效学习的五大公理（028-030）

① 自我导向 ② 关联经验 ③ 强调实践 ④ 聚焦于实际问题 ⑤ 内在驱动

11.高级学习者（P066-067）

① 会判断学习的目标、读书的类型（P066）

② 拥抱新知，但从不轻信，会分析和整理接受到的信息（不是简单的知识搬运）

(P067)

- ③ 把遇到问题当作成长的机会，追问和反思真正的问题 (P067)
- ④ 便签学习法就是提升学习者能力，有效培养学习者学习能力，锻炼把知识转化成能力的能力 (P067)
- ⑤ 再进一步，学习的对象可以从知识拓展到各种信息，再拓展到各种问题的解决方法 (P067)
- ⑥ 高级学习者表现出来的是一种更优的思维方式

15.便签法具备一切好工具的特点。它上手轻松，但只有熟用才能精通。同时，使用工具的过程也是改变思维模式的过程。(第四章扉页)

18.便签学习法 (P105)

19.“拆书”七步曲 (P105-106)

22.测一测你的学习能力 (P134-136)

23.解读知识的思维模式(八大问 1)：追问前因后果，明确适用边界(P139)

24.第二维：利用便签法 A1-I-A2 来追问和反思 (P149-150)

25.追问反思时可以提的问题 (八大问 2) 做出有洞察力的追问 (P153-154)

26.第三维：分析和整理信息 (P159-160)

4.前情回顾

第一课解决了什么问题

如何通过高效的学习将日常涌进来的信息进行筛选和整合，快速迁移到生活和职场中，解决自己遇到的问题？

在了解 RIA 便签学习法之后，通过拆书七步法，对日常涌进来的信息进行筛选和整合，尝试使用问题清单来写三张便签，内化和应用信息，用以解决自己工作和生活中遇到的问题。

第一节课的设计点，在熟悉【便签法】这种思考方式，尽量降低这种思考方式对于初学者的应用难度，问题清单既是为了降难度，也是为了第二节课反思、提问即思考埋下伏笔，到课程最后，八大问的介绍、还有进行学习力自测，也是为了第二节课埋钩子，整堂课都没有要去解决“提升学习力”这件事。

5.关于第二节课的设计思考

1.八大问，主要针对的是学习力的后两个维度：分析和整理信息、反思和追问经验，首先我们分析一下“八大问”的源头，再来分析一下八大问的本质。

八大问的源头，是帮主赵周老师多年逻辑和审辨思考能力的一次精华提炼，赵周老师的思维水平，从他的大学专业可见一斑：浙江大学物理系，能考上浙江大学，哪怕是从江苏和浙江这样的江浙沪省份考过去，也都是学霸级别的，加之大学还学了最需要“逻辑思维”+“数学运算”+“现实场景应用”的物理学，可想而知，他本身的思考能力和学习能力水平，已经超出了很多人，这个八大问只是他思考方式的冰山一角，所谓道可道，非常道，任何语言的表达都会失真，帮主很难把抽象的思维全部显像化呈现，于是，提炼出来八个字的思考维度模型，作为他建立拆书知识体系的一个工具。

而八大问的本质就是被 2014 年创建的中国教育创新研究院，经过参照比对各国际组织和经济体 21 世纪核心素养研究，提出的《构建 21 世纪核心素养的新框架：5C 模型》中的审辨思维（Critical Thinking），之前国内的出版物都翻译成批判性思维，误导了很多人，审辨思维，其实取自《中庸》中的一句话：博学之、审问之、慎思之、明辨之、笃行之。大家看我的微信昵称和微信签名，应该会看到这个名词，我是一个审辨思维的爱好者、践行者、教学者，我尝试着把这种思考方式融入我的数学物理教学，融入我和孩子一起学习的每一个思考的契机，融入我的每一次思考中，融入我日常面对各种信息和反思我每天的日常行为中，所以我深知一个小白从听到八大问，到记住八大问，到会问八大问，到把八大问融入日常的思维活动中，是一件多么艰难的事情。

2.不说小白了，就是我们三级拆书家群体，很多人成为三级后，都不知道八大问，知道八大问的，也说不全具体特征，能说全的，不一定会用这些维度去思考一个问题、一条信息、一次经验等，八大问只是皮，真正的意图，其实帮主是通过这种相对比较容易记忆的方式，提醒大家，思考的时候，需要提问，提问驱动思考，思考能力的提升才是学习能力提升的底层逻辑。

3.我们这节课要解决的问题是：

如何通过更深度地实践这个学习方法论，有效改变自己学习的思维模式，提升知识转化为能力的的能力，改善自己学而不会的窘境？

真正的关键点是两个：深度实践，有效改变思维模式。不求其它，能在 3 个小时通过层层递进的练习实践，改变思维模式，打开学习者实践八大问和便签法相结合的这扇大门，就是成功。

基于此，我对课程设计的原则是：

- 1、给学习着看多少次八大问的片段，都是徒劳，索性这次课就不给片段
- 2、解决记住的问题，再解决在两种维度下会提问的问题，并结合便签法，写出便签
- 3、思考很抽象，思考很烧脑，思考不是你讲了就会的，思考很枯燥，因此这样的课，千万别讲多，千万别讲道理，千万别干巴巴一本正经胡说八道，玩起来，在玩中学，而拆书家化身为讲应用实例的故事、带领现场游戏和引导现场能量的主持人即可

课程大纲开始

一、暖场与回顾：便签法斗地主（10分钟）

糖果派对（开场前，不占时间）

- 1、糖果若干，包装纸颜色保证在 2-3 种，比如一种是红色，一种是黄色，再增加一种蓝色等；完全相同的包装纸糖果，只放 3 颗在盘子里。

备注：这里的包装纸颜色，是这样设置的，比如来了 13 个人，那么红色系糖果 6 颗，白色系糖果 7 颗，红色系中呢，包装纸样式是完全一样的 1 号放 3 颗，2 号也放 3 颗，白色系呢，完全一样的 1 号可以放 3 颗，也可以放 4 颗，这样就能保证待会配对的时候，每 3 个人一个小组，最后红色系包装的 6 个人成一个大组。

那为什么白色系有个包装样式要放 4 颗呢？因为 3 人一组，会单出一个人，只能把 4 个人编成一个组。

那如果是 14 个人呢？这样不是单着两个人吗？有两种处理方式，第一种就是在红色和白色的糖果中，各设置一个 4 人组，最后落座组成大组的时候，每组 7 个人，另一种方式是，单出来的 2 人和上课的讲师凑成一个 3 人组，一起来斗地主，分组的时候，把他们平分到大组里去。

- 2、学习者进场后，在盘子里拿 1 颗糖，提醒学习者，可以吃，但吃了也要保证包装纸别扔。
- 3、发放单独文档给到每位学习者，上面是便签法的介绍和上节课的内容概要，让学习者尤其是上节课没来的学习者先行阅读，并提醒他们：阅读时如果有疑问，可以写下问题的关键词。
- 4、分组：等报名人员基本到齐，拆书家邀请**包装纸完全相同**的三位伙伴结成一个组，坐到一起，或站在一起；
- 5、叫地主：拆书家发出指令，接下来要进行“便签法斗地主”环节，请每个组的 3 位伙伴，确定一位地主，地主确定的形式是，**①自愿当地主 ② 3 人指定一位地主 ③ 拆书家指定 3 人中一人当地主（地主需要满足的条件：尽可能选择上次课程来过的伙伴，或者了解便签学习法的会员、拆书家伙伴）**
- 【备注】如果现场单着 1 个人，也就是学习者数量是 3 的倍数余 1，那么现场将会有有一个组有 4 个人，但是还是只有一位地主，另外 3 位是农民；如果现场单着 2 个人，请拆书家自己加入进去，并自行当地主。

便签法斗地主 (5-8 分钟)

操作细节 1：整个环节的目地不是为了让大家斗地主斗个你死我活，目的是暖场，给学习者创造一个互相认识的机会，并且借助学习者中对上一节课有所了解或者对于拆书法有所了解的伙伴之口，把上节课的内容传递给第一次来的伙伴，主要目的是这个，因此不要在这个环节增加对抗性，而是创造互相交流，敦敦善诱的学习交流场域。

因此，在斗地主开始环节，告诉所有人，我们这是一个系列课，前面上过一次课了，为了对第一次来的伙伴友好一些，我们用这么个有趣的名字，来回顾上节课的内容，同时告诉担任地主的伙伴，你们有义务和有责任把上节课或者便签学习法的精髓传递给新来的伙伴，也告诉担任农民的伙伴，不要担心自己问的问题不合适，你们问问题主要是搞清楚自己心中的疑惑。因为我们全场都要体验提问促动思考这个主题，因此，在开场环节，让大家用这种互问互答的方式提前体验一下这个过程，并不是要让彼此为难。

操作细节 2：拆书家在现场要控制时间，尽量让大家在 8 分钟左右时，无论是否聊尽兴，都要收，然后大组落座，而不是为了让大家彻底搞明白便签学习法。

- 1、每个小组 3 名成员互相简短介绍
- 2、每组的地主开始逐一解释上节课的主要内容，每解释一个部分，请农民提问，每个农民必须提至少一个疑问，然后地主回答。
- 3、为了避免农民提不出问题，可以在暖场的 PPT 上，提供一些提问的话术、问题清单、提问方向，也可以放在之前发放的单独文档的后一页，备农民查阅。
- 5、糖果颜色相同的 3 人组，最后组成一个大组，落座，所以现场会出现 2-3 个 6 人组，其中可能有 1 个 5 人组或 7 人组。其中在斗地主环节做地主的 2 位伙伴，自动成为每个组的组长和副组长。

二、课程开场：互动和故事导入 (10 分钟)

互动 (5 分钟)

- 1、互动农民：地主的讲解，你们还有什么疑虑？
- 2、互动地主 1：农民提问时你的大脑思考和自己组织语言讲解时，有什么不同？
- 3、互动地主 2：你在回答问题时，自己产生了哪些疑惑？

故事导入 (3-5 分钟)

1、互动完后，根据农民和地主的反馈，拆书家重点回顾上节课的内容，尤其是他们疑惑的部分。

- 备选【过渡】《礼记·学记》有云：学然后知不足，教然后知困，知不足，

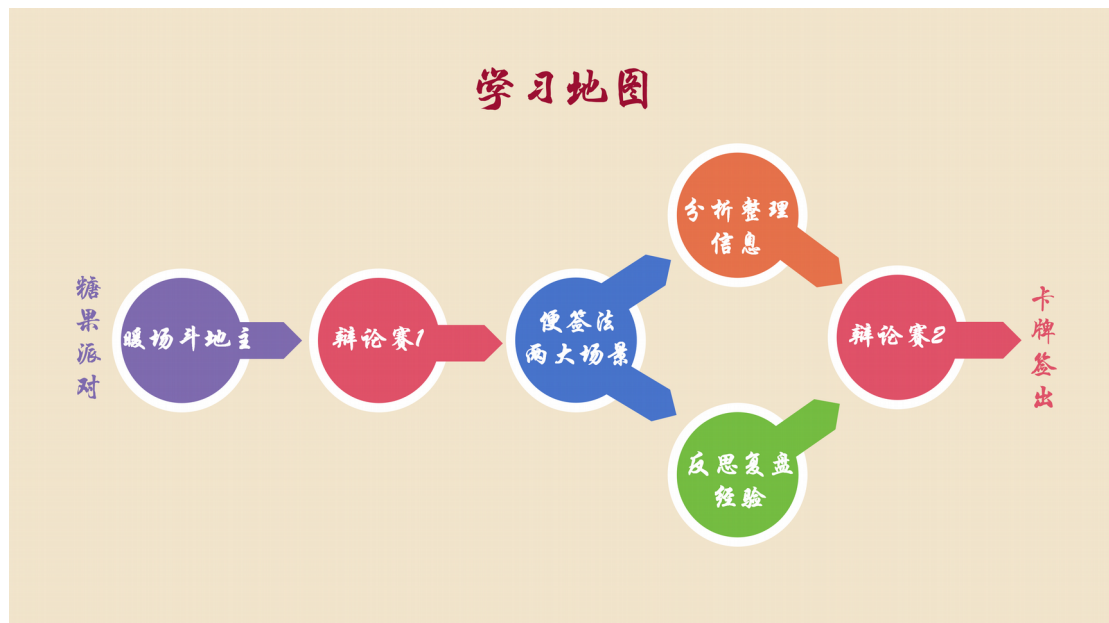
然后能自反也，知困，然后能自强也。

刚才我们斗地主环节，就是一个教和学的过程，也是一个知不足和知困的过程，那么如何才能知不足和知困呢？就是你们刚才体验的那个过程：问出好问题！那如何在知不足和知困之后，自反和自强呢？同样也是问出好问题，促进自己思考，促进自己进入自己教自己，自己学不足的状态，而这种状态，就是自我学习能力提升的契机。

- 2、【拆书家讲一个自己提问+思考+实践+学习能力有所提升的案例】
- 3、【简短回顾上节课的内容】顺势导入这节课课程逻辑和玩法的介绍

三、学习地图：介绍课程逻辑和玩法（3分钟）

今天的课程将深入探究便签学习法更深层次的运用，分析和整理信息和反思复盘经验，这些应用都会向我们展现便签学习法其它维度的应用，而这些应用也更好地诠释了“便签学习法是一种全新的思维方式”这一命题，所以，既然是思考，就离不开思考的必要环节：提问。



这是对这节课的整体设计逻辑的一个说明，拆书家不用全盘照搬，自己理解就是。

我们的课程会以一场辩论赛作为开场，这也是辩论赛的第一场，用我们朴素地认知来一次【左右互搏】，

上节课我们提到了八大问，说句实话，谁看了都迷糊，8个维度，太难记了，更别记记住了会问，所以我们今天会在【同花顺】环节，用纸牌组成同花顺的方式，让大家先区分八大问到底是什么？接着小组集体用八大问对某一信息，进行【问题风

暴】，想分析整理信息，先学会提问，然后在【便签工坊】每位伙伴将根据你们小组在问题风暴中提出的问题，通过思考和整理，产出一组自己的便签。

在接下来的下一个维度的练习前，我们通过【找你妹】环节，找到两个维度应用八大问的些许差异和相似之处，在大家熟悉了反思复盘这个维度和前一个维度的差异后，通过【故事会】，大家一起来讲自己的反思故事，并在小组内选择一名案主，大家针对他的故事，给他来一场【私董会】，其他人用八大问提问，他来思考，最后所有人回到自己的故事中，写出反思复盘需要产出的便签，完成【全都会】环节。

我们在课程的结束时还会再进行辩论赛的第二场，经过一整堂课的练习，我们熟悉了提问这件事，综合运用八大问去搜集辩论的素材和信息，再来一次【针尖麦芒】辩论。

总之我们全场主打一个想要提问，先记住在哪些方面提问，记住了，才会问，会问了才会想，会想了才会写便签，提出好问题，促动你的分析、整理、反思、复盘，改变提问能力，提升学习能力，改变你的大脑，改变你的行为，最终得以改变你的整个人生。让我们开启这场改变之旅吧！

四、辩论赛之左右互搏（15分钟）

展示辩题，选边站（3分钟）

- 1. 拆书家在以下辩题中选择一组（只能是一组，太多组会对辩论产生干扰），展示在课程的PPT上

1. IQ诚可贵，EQ价更高 VS EQ诚可贵，IQ价更高
2. 治愚比治贫更重要 VS 治贫比治愚更重要
3. 先天遗传比后天环境重要 VS 后天环境比先天遗传重要
4. 好心办坏事应该被批评 VS 好心办坏事不应该被批评
5. 人工智能的发展对人类而言是可喜的 VS 人工智能的发展对人类而言是可悲的
6. 人性本善 VS 人性本恶
7. 知难行易 VS 知易行难

- 2. 比如拆书家选择了【正方.先天遗传比后天环境重要 VS 反方.后天环境比先天遗传重要】这组辩题，现场请学习者选择观点，并且面对面站在拆书家前面空地的左边和右边，中间留出一条通过一个人的过道

- 3. 拆书家宣布规则：每人30秒，阐述自己的观点，为什么你选择站在这边，时间到，直接过；没想好，直接过，自己转移到本方的队尾，组织语言。

左右互搏（7分钟）

- 1.拆书家手上要有一个可以计时但是不响的表，每次记30秒，从左右两边站着人的通道中间穿过
- 2.先正方排第一位的伙伴发言，30秒后，转到反方第一位伙伴，30秒后，再转正方，依次下去
- 3.拆书家走完整个通道后（从队头走到队尾），再转身，邀请正方和反方各一位伙伴进行本方的总结陈词
- 4.最后问一句，现在要不要换边？改不改变自己的立场和支持的观点？
- 5.最后请所有人记住自己最终站在正方还是反方，拆书家自己也可以拍个照，记录一下

五、分析整理之同花顺（15分钟）

请大家回到原来的大组座位上，发放同花顺卡牌

同花顺（8-10分钟）

- 1.把下面的内容，做成32张扑克大小的纸牌，组成一套，课前准备3-4套，打乱顺序（洗牌），每个小组发一套。

• 32张卡牌的组成：前因后果适用边界，八个字组成8张卡牌，它们对应的8个四字短语，又能做成8张卡牌，从下面的内容中，每组问题中选2个问题，共16个问题，每个问题单独打在一张卡牌，共 $8+8+16=32$ 张

• 制作卡牌可以先简单的做成PPT，再用PPT打印成讲义，一页6或者8张PPT,打成A4纸，一套卡牌只要4-6张A4纸就能做出来

• 告诉大家，同花顺的第一个字，顺序就是“前因后果，适用边界”。

- 2.把一套纸牌放在小组的桌子中央，小组成员在组长和副组长的带领下，轮流翻牌，一次翻一张
- 3.第一圈估计能摆出来的牌不多，基本顺序会是：先翻出“前、因、后、果、适、用、边、界”，再翻出“8个四字短语”能与这八个字一一配对，如果有人翻出了问题的卡牌，先让他拿在手上，等前面的八个字和八个词都摆好后，再让大家把自己手上的问题卡牌，放入对应的字词后面

如果翻牌、排列时有的小组商量着模棱两可，拆书家可以给予提示，或者给出其中一些问题属于那个字后面的字

- 4.继续翻完所有纸牌，小组成员一同商量，最后组成八大问同花顺，摆在桌面上。

- 5.最后桌面上，是一个字排头，后面接一个四字短语，后面摆着三张纸牌问题，一共排了8行，这样的方式结束这次同花顺的纸牌游戏。
- 6.PPT公布最后的纸牌同花顺的排列方式，邀请每个组调整纸牌顺序，最后为自己小组的纸牌排列拍照，以备后用
- 7.拆书家再给出这个完整版本的同花顺清单

前-前车可鉴——为什么这件事对我重要？信息的源头是哪里？作者引出这个信息的背景是怎样的？

因-相因相生——都有哪些关于原因的假设？是怎么验证或排除这些假设的？还有其他可能性吗？

后-以观后效——若依从信息去做之后会怎样？如果问题解决了，最好的结果是什么？对我的好处（效用）是什么？

果-自食其果——不这么做的后果是什么？不改变的问题有多严重？如果我不这么做，会发生什么？

适-适得其反——与之相反的观点是什么？不支持这个观点的案例都有什么？与之相对立相矛盾的假设怎么表述？

用-使用条件——要这样做得需要满足哪些条件？当条件发生改变时，做法需要做出怎样的调整？什么情况下，可能不一定有效？

边-旁敲边鼓——与这个相类似的信息是什么？从其它领域可以迁移什么信息来进一步理解？从其它人的角度（参与者、当事人、旁观者）看待这个问题，会怎么看？

界-楚河汉界——相反的信息，和这个信息的真正区别是什么？相类似的信息，和这个信息之间又有什么本质上的区别？相类似的信息，和这个信息交叉相同的地方又有哪些？

讲解活动（6-8分钟）

1.拆书家需要解释：

- 8个维度的第一个字代表的大致提问方向，也就是这8大问都是让提问者往那个方向上提问
- 8个维度只是参考，不是全部，会问才是硬道理
- 8个维度提问后不是为了把答案全部写出来，形成便签，而是通过各个维度的问题思考，对于自己要处理的信息有更全面和更深度的理解
- 这样问，对于分析整理信息的好处

（学习科学中，深度诠释一个信息的各个方面，有助于建立对这个信息的各种方面的记忆链接，更好的记住这个信息，并且深度诠释一个信息，能看清这个信息的使用条

件，与其它信息的差异，增加自己举一反三、触类旁通的信息理解能力，从而提升自己对于信息摄取、信息处理、信息应用、信息调取、信息迁移和信息整合的各项软技能)

2.回扣前面的辩论赛，辩题就是信息，我们刚才稍作思考的处理信息，是什么样子的？大家对刚才辩论赛的自己满意吗？没事，我们今天学完如何通过提问来提升思考深度，后面还会再来一次辩论赛，你们会有更深刻地体会到思考广度和深度有质的飞跃。

3.拆书家举一个自己因为使用八大问，分析整理一条信息的示范案例，以及这么做自己得到的好处。（如果没有，我其实特别想说一句，你都没有用过八大问，也没有在这个上面获益过，哪来的勇气去教别人，学习者又怎能被你教会，被你打动呢？）

这里的重点是示范并激励，因为接下来，会有一个让他们提问的环节。

六、分析整理之问题风暴（15分钟）

给出可选信息（根据自己喜好设置）

- 1.学龄前的孩子不要提前学，主打一个玩，培养好的情绪习惯是最重要的。
- 2.每天坚持日更，增加曝光的机会，是打造自媒体知识IP的流量密码。
- 3.爆款爆品能红极一时，却很难成为品牌，网红店、网红文旅、网红IP都是如此。
- 4.捷径是迷路的最快方法，抄捷径是阴沟里翻船最快的方法。
- 5.没有一直上升的进步，大部分事物的发展总是会曲折式进步，螺旋式发展，甚至平台期和倒退。
- 6.35岁危机对于大部分职场人真的存在，“中年”职场禁不起一丝波折。
- 7.你在一件事情上嫌麻烦，省事，一定会有其它更大更多的麻烦在后面等着你。
- 8.世界上80%的烦恼来自两样东西：金钱和感情。
- 9.在一个复杂的问题环境下，不能就事论事来研究和解决问题，非常需要系统性的方法论和战略性眼光。
- 10.自律的背后，往往是或主动或被动的“他律”在推动
- 11.不要企图寄希望一个孩子能“自动自觉”，也不要相信什么“快乐教育”，学习就是极致的重复。
- 12.大佬眼中靠谱的职场人：自我驱动、对时间敏感、有同理心、终身学习。

问题风暴（15分钟）

- 1.请各个小组从12条信息选出一条本组大部分成员感兴趣的信息，也可以自己选一条别的信息，总之就像这样，就是一个观点或者一句话，做出了一个判断之内的信息即可。
- 2.把信息写在大白纸的第一行，把大白纸分成八行，在每一行的抬头写上八个

大字：前因后果适用边界，其中副组长负责书写，组长组织大家进行问题风暴，每一个栏的维度，小组成员不加任何限制地问问题，并各自写在便签纸上，贴在这一栏，不用回答。

- 3.等各个维度的问题都问完之后，每组再来一轮，从所有人提出来的问题中，选出三条“最有感觉”的问题，也就是看到这个问题，你就想探究答案，你就想知道答案，你就想思考下去，保留这三条问题，请副组长把这3个问题写在相应的栏中，形成自己组的【问题风暴展示海报】，请每个组去展示自己海报。

七、分析整理之便签作坊（27分钟）

I便签作坊(18分钟)

- 1.各组成员，每个都有，根据自己小组问题风暴中的问题，去思考和查找回答，并最终整合成一张I便签
- 2.小组内分享自己的I便签，小组在组长的带领下，整合出一张I便签，用来解读和阐释你们组选的信息，写在第二张大白纸上，并站在台前，左边展示问题风暴海报，右边展示你们组的I便签,向其它伙伴解释你们对于信息的分析与整理结果.

再次提示，回答问题风暴中的问题，不是为了把答案写在I便签上，而是为了通过回答问题，多维度多角度多方面分析和处理完一个信息之后，对这段信息形成了自己版本的理解，比之前更深刻地理解这么一个观点，从而有不一样的解读，这个解读才是I便签。

A1+A2便签作坊（9分钟）

请各组成员根据之前的I便签，写出自己的A1便签，想一个自己曾经经历的事情以及现在对这件事情的思考，最后写一张A2便签，规划一下基于这条信息的认知，你将做点什么？

（前面共用时 100 分钟）中场休息 10 分钟（后面还剩 70 分钟）

八、两类应用比较之找你妹（20分钟）

抽签分组（3分钟）

抽签分组和调整座位可以安排在中场休息进行，大家调整好座位，让重新在一起的学习者互相介绍一下自己，谈一谈到现在位置自己的感受和收获

下半场开场前，带着学习者回顾一下八大问的特质，问题特征，大致提问方向等。

- 1.做好上面写着“前因”、“后果”、“适用”、“边界”四个字样的签，根据现场人数，每个签做2-4个，放在一个盒子里，让学习者上台抽签。（举个例子，现场10个人，4种签，每个先放2个，再挑两种签各放一个，这样保证每组至少两个人，有些组就会有3个人，再比如现场有12个人，那么每个签放3个就是了）
- 2.抽到同样词语签的伙伴，组成一组，请他们调换位置，并且保证：“前因”组和“后果”组挨着坐，“适用”组和“边界”组挨着坐。

找你妹（5分钟）

-
-
-
-
-
-
- 1.发放“分析整理信息”的八大问问题清单和“反思追问经验”的八大问问题清单

关键词

对应短语

分析整理信息

反思追问经验

前

前车可鉴

为什么这件事对我重要？信息的源头是哪里？作者引出这个信息的背景是怎样的？

这件事情对我来说为什么重要？怎么发生的这件事情？它的具体背景是怎样的？

因

相因相生

都有哪些关于原因的假设？是怎么验证或排除这些假设的？还有其他可能性吗？

出现目前这个结果的原因是什么？我是如何确认就是这些原因？还有没有其它原因我没有想到？

后

以观后效

若依从信息去做之后会怎样？对我的好处（效用）是什么？

这件事情后续会如何发展？以后发生这件事，我会如何应对？如果现在的问题解决了，最好的结果是什么？

果

自食其果

不这么做的后果是什么？不改变的问题有多严重？如果我不这么做，会发生什么？

如果我什么都不做，对我会有什么影响？我能想到的最坏的结果是什么？

适

适得其反

与之相反的观点是什么？不支持这个观点的案例都有什么？与之相对立相矛盾的假设怎么表述？

有没有不同的原因假设？对于这件事情，相反的观点会是什么？

能不能举出一些相反的案例和事例？

用

使用条件

要这样做得需要满足哪些条件？当条件发生改变时，做法需要做出怎样的调整？什么情况下，可能不一定有效？

我从这件事情上得到哪些行动上的启发？这些方法和策略需要在哪些条件满足的情况下，才能实施？哪些情况下就不那么有效了？

边

旁敲边鼓

与这个相类似的信息是什么？从其它领域可以迁移什么信息来进一步理解？从其它人的角度（参与者、当事人、旁观者）看待这个问题，会怎么看？

之前有没有经历过相类似的事情？我从其它人那里有没有看到一些可以借鉴的做法？这件事的其它当事人是如何想这件事的？我之前有没有相似的观点和认知？

界

楚河汉界

相反的信息，和这个信息的真正区别是什么？相类似的信息，和这个信息之间又有什么本质上的区别？相类似的信息，和这个信息交叉相同的地方又有哪些？

无论是相似的观点还是相反的观点，和我今天的反思得出的结论和做法，本质上有哪一些区别？有哪些交叉重合的部分？

- 2.请每个组，只找出自己那两个关键字的问题方式有什么相同，有什么不同，为什么会有不同？（结合这两个维度的场景用途来思考）

- 3.把它记录在大白纸上，用于接下来的分组对抗展示

分组对抗（8分钟）

- 1.展示各组的“找你妹”结果，前后组 VS 因果组，适用组 VS 边界组
- 2.看谁说的条数多，看谁思考的更深（发指令时要提前说好）

拆书家总结（4分钟）

- 拆书家表扬所有组，并对这两个维度的问题，进行总结陈述，从应用场景入手，去提醒学习者注意这些问题的些许差异

九、反思复盘之故事会（15分钟）

化敌为友（3分钟）

- 刚才对抗的两个组，合并成一个组，围坐在一起，准备讲故事咯

我想反思故事会（10分钟）

- 1.拆书家用显像提问的方式，引导学习者回忆最近自己发生的一些事情，需要反思，需要复盘，中间可能有些许遗憾，又或者有不尽如人意的地方，每个人轮流讲自己的故事

这里为了方便大家产生有感觉的故事，有两种处理方式：

- 拆书家讲一个自己反思追问的小故事，以及自己的受益，引导学习者产生自己的回忆
- 把最后终场环节的卡牌，在这里先抽一次，根据卡牌的内容，结合自己的最近发生的事情，讲出自己的待反思和复盘的故事

- 2.一个人讲的时候，其他人尝试着用反思追问经验的问题清单，在心里提一些问题，把这些问题记录在手边的学习资料空白处，但是注意，只在心里想，别问出来

选出案主（2分钟）

- 所有人讲完自己的故事后，小组确认一个故事，作为接下来私董会的案主，私董会就是其它人用八大问对他提问，他负责反思和思考。

十、反思复盘之私董会（10分钟）

案主就位（3分钟）

- 请各组选出来的案主，拿出纸笔，做好记录准备，当听到有触动的问题时，请提问者重复问题，案主赶紧记录下问题。

我问你想（7分钟）

- 本组其它成员作为私董会幕僚，开始提问，一个人提问时，其它人思考并记录下他的问题，也可以先行措辞，写下自己的问题
- 轮流提问，每个幕僚提一个问题后，下一个幕僚接着提，至少每人提 2-5 个问题

题，只提问，案主不用回答

十一、反思复盘之全都会（15分钟）

- 1.全体都有，在学会了提问的基础上，开始基于自己的A1,通过反思问题，去写自己的I便签，写完之后，在刚才的小组内分享。
- 2.小组分享完I便签之后，每个人写一张A2便签，经过这一轮反思，想到了自己接着要怎么去做，有没有一个行动规划，把这些设想写成一张可执行的便签，贴在学习资料上。

（至此，本堂课每个学习者，至少产生了两张A2便签，基本实现了在各维度上都会写便签的一次练习，把所有便签（至少两张A2需要）贴在一起，最后终场时会用到）

十二、辩论赛之针尖麦芒（15分钟）

用八大问重新思考（8分钟）

- 1.回顾第一轮辩论赛后的正方和反方
- 现场再次打乱分组，正方一个组，反方一个组，两个组在教室的两边，每组选定一位组长，组织大家回到组内，用八大问开始重新组织观点和发言
- 2.拆书家的指令中，可以提示，每个小组，每位成员可以分的1-2个字，去组织语言，组长还要安排下一轮的发言顺序

针尖麦芒（7分钟）

- 准备阶段接受，再让正反方站在自己的两边，并按照自己组的发言顺序排好队
- 按照上面的左右互搏再走一遍，不用反馈，走完，请大家去卡牌摆放区，挑一张心仪的卡牌回到座位上。





淘宝逛逛
逛逛号 869672916





十三、课程终场：便签在左，卡牌在右（5-10分钟看现场情况而定）

- 拆书家提前准备一套卡牌，中场休息时，摊在一张桌子上，这时的指令是：请每位伙伴到卡牌区挑一张自己最有感觉的卡片，并回到座位上，把你今天写的便签放在你的左手边可以看到的地方，把这张卡牌放到你的右手边，结合卡牌的内容和你今天的学习收获，说说你此时的所感所想。