

心智模式(Mental Models)

(一) 何謂心智模式

心智模式這個名詞是由蘇格蘭心理學家 [Kenneth Craik](#) 在 1940 年代創造出來。心智模式又叫心智模型,是指深植我們心中關於我們自己、別人、組織及周圍世界每個層面的假設、形象和故事。並深受[習慣思維](#)、[定勢思維](#)、已有知識的局限。也通常指人們一種習以為常、理所當然的認知。

(二) 心智模式特點：

- 1.每個人都具有心智模式。
- 2.心智模式決定了我們觀察事物的視角和做出的相關結論。
- 3.心智模式是指導我們思考和行為的方式。
- 4.心智模式讓我們將自己的推論視為事實。
- 5.心智模式往往是不完整的。
- 6.心智模式影響著我們的行為的結果,並不斷強化。

(三) 改善心智模式

改善心智模式的過程,從本質上是把鏡子轉向自己,試著看清楚自己的思考與行為如何形成,並嘗試以「新眼睛」獲得新的資訊、以新的方式對其進行解讀、思考和決策。這從本質上看是一個自省、學習、創新和變革的過程。

團隊的改變始於個人,而個人的改變始於心智模式的改善。改善心智模式便是彼得·聖吉的五項修練中,最根本也最基礎的一項修練。

(四) 檢視你的心智模式：推論階梯



Rethinking thinking - Trevor Maber

TED-Ed

5 年前 • 觀看次數：465,151

View full lesson: [http://ed.ted.com/lessons/rethinking](http://ed.ted.com/lessons/rethinking-thinking-trevor-maber)
meet people and process our ...

字幕

5:33

TED-Ed：Rethinking thinking - Trevor Maber（重新認識「思考」）

<https://www.youtube.com/watch?v=KJLqOclPqis>

你可曾想過,我們每次作出決定與行動前,思緒是怎麼運作的呢?本次由 Trevor Maber 主講的 TED-Ed 就要向大家介紹我們腦中的「推論階梯(Ladder of Inference)」,以及這樣的心智模式如何害人們做出錯誤判斷,而我們又該如何避免這些錯誤!

「**推論階梯(Ladder of Inference)**」這個概念是由哈佛大學著名的管理及系統學者 [Chris Argyris](#) (克里斯·阿吉瑞斯) 所提出的一種**心智模式(Mental Models)**,而這個理論與左手欄(Left-hand Column)和兼顧主張與探詢(Balancing Inquiry and Advocacy)這兩個理論並列為行動科學領域中的三個最著名的工具,也在最經典的學習系統學著作(《第五項修練(The Fifth Discipline)》)中被詳細的闡述。今天要介紹的推論階梯,就是用階梯的譬喻分析人們思緒從觀察、判斷、行動之間所經歷的七個階段:「**觀察**」、「**過濾資訊**」、「**賦予意義**」、「**假設**」、「**作出結論**」、「**調整看法**」、「**作出行動**」。現在,讓我們跟著可愛的動畫一起瞭解這個大腦中的迷你階梯吧!