

ВЫСШИЙ КУРС



ТОП ЛУЧШИХ КНИГ ПО РАЗВИТИЮ МЫШЛЕНИЯ

ЭДВАРД Б. БЕРГЕР
МАЙКЛ СТАРБЕРД



ЭЛЕМЕНТОВ
ЭФФЕКТИВНОГО
МЫШЛЕНИЯ



Издательство
АСТ
Москва

УДК 159.9
ББК 88.5
Б48

Права на перевод получены соглашением с Princeton University Press Synopsis Literary Agency. Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Edward B. Burger, Michael Starbird
The 5 Elements of Effective Thinking

Бергер, Эдвард Б., Старберд, Майкл

Б48 Пять элементов эффективного мышления / Эдвард Б. Бергер, Майкл Старберд. — Москва: Издательство АСТ, 2024. — 256 с. (Высший курс).

ISBN 978-5-17-159098-7

Вы можете научиться думать гораздо эффективнее!

Авторы этой книги, два знаменитых американских профессора, преподаватели математики, мировые консультанты по обучению технологиям продуктивного мышления доказали, что высокоэффективные мыслящие люди не родились какими-то особенными — они просто используют свой разум иначе, чем все остальные. Ученые разработали уникальную программу «тренировки мозга», которую они много лет тестировали на разных людях. Метод позволяет значительно увеличить эффективность мышления, и этот метод перед вами!

Воспользовавшись предложенными стратегиями мышления, вы сможете быстро находить нестандартные решения сложных задач из любой области знания и практики, видеть проблему глубоко и всесторонне, улучшить навыки критического мышления, достигнете новых высот в личностном росте и самосовершенствовании.

Независимо от того, кто вы — студенты, родители, учителя, бизнесмены, спортсмены, художники, лидеры мнений — 5 революционных стратегий мышления позволят вам реализовать любую поставленную цель творчески, разумно и эффективно.

УДК 159.9
ББК 88.5

Макет подготовлен редакцией «Прайм»

Фото на обложке: © Princeton University Press, 2023

ISBN 978-5-17-159098-7
ISBN 978-0-691-15666-8 (англ.)

© 2012 by Edward B. Burger and Michael Starbird
© Самарина А., перевод на русский язык, 2023
© ООО «Издательство АСТ», 2024

«Это — чрезвычайно глубокое исследование составляющих эффективного мышления. Каждый извлечет из него что-то ценное!»

— **Мортон О. Шапиро, президент Северо-Западного университета с 2009 по 2022 год**

«Горячо рекомендую эту книгу преподавателям, которым студенты важнее экзаменационных баллов, учащимся, которым образование важнее оценок, общественным лидерам и хозяевам этой вселенной, которые в первую очередь думают о благе социума, а не о наживе, а также творцам, которые неустанно напоминают нам о состоянии человечества. “Пять элементов эффективного мышления” помогают вернуть баланс пошатнувшемуся миру».

— **Кристофер Дж. Камписано, директор программы педагогической подготовки Принстонского университета**

«Эдвард Бергер и Майкл Старберд — признанные ученые и педагоги, показавшие людям, что разбираться в математике под силу многим, а не только тем, кто наделен “особым даром”.

В этой чрезвычайно умной и полезной книге они переносят свои педагогические принципы в широкую сферу практического применения, делают их доступными для представителей самых разных дисциплин. Биография читателя не имеет значения — здесь содержатся оригинальные и прикладные знания о том, как мыслить эффективнее, и эти уроки может усвоить каждый».

— **Джон В. Чандлер, почетный президент Колледжа Гамильтон и Колледжа Уильямс**

«Встанем же, как Ньютон, на плечи гигантов! Бергер и Старберд выделяют базовые методы гениального мышления — благодаря им даже простой обыватель сможет научиться смотреть куда глубже, чем остальные».

— **Роберт В. Кустра, президент Государственного университета Бойсе**

«Мне очень понравилась эта книга. Ее идеи запали мне в душу. Они вызвали во мне чистую радость, огромный восторг, уверенность в себе и в своем будущем».

— **Кайл С., студент математического факультета**

«Читать эту книгу — все равно что кататься на американских горках: я испытала бурю эмоций! Авторы помогли мне увидеть собственные предубеждения по отношению к самой себе — и по-новому взглянуть на мир».

— **Элли В., студентка факультета биологии**

«Мне многое понравилось в этой книге. Она полна замечательных цитат, остроумных замечаний, интересных упражнений, примеров из истории и личного опыта, поводов для размышлений. Несколько раз я ловил себя на том, что хихикаю вслух в библиотеке. Я уже порекомендовал ее людям, которые хотят изменить подход к мышлению. Мне очень повезло, что она попала мне в руки в первый же день учебы в колледже — думаю, это судьба!»

— **Луи Х., студент факультета истории**

«Из этой книги я узнал о мышлении, обучении и понимании больше, чем за всю жизнь. Каждая глава пробудила во мне такой мощный отклик, что я уже потихоньку меняю свой подход к учебе, домашней работе и жизни».

— **Нирав С., студент факультета машиностроения**

«От этой книги не оторваться, а все потому, что она меняет восприятие обучения — открывает новые точки зрения, подкрепленные примерами из жизни реальных студентов и биографий гениев. Оказывается, гении — это обычные люди, которые просто мыслят и учатся иначе. Меня очень вдохновила эта идея».

— **Лорен Л., студентка факультета психологии**

«Эту книгу мне нужно было прочесть к занятию, и сперва я боялся к ней притронуться, но уже через несколько страниц меня было не оторвать. Я привык думать, что знаю, что мне делать, чтобы начать лучше учиться, но авторы изложили материал так, что он не только вдохновляет — его просто приятно читать! Основы обучения, понимания, креативности — все это изложено в тексте».

— **Скотт Г., студент факультета гражданского строительства**

The 5 Elements of Effective Thinking



5 ЭЛЕМЕНТОВ ЭФФЕКТИВНОГО МЫШЛЕНИЯ



Оглавление

Предисловие

Мышление — вот в чем вся соль 15

Введение

Что помогает нам эффективно
мыслить, учиться, творить 17



Земля

1. Заземлите свое мышление 31

УГЛУБИТЕ ПОНИМАНИЕ

Глубже понимайте простое 36

Уберите все лишнее — пусть останется только суть 54

Увидьте то, что есть на самом деле 63

Определите, чего не хватает 79

Размышления напоследок. Чем глубже, тем лучше 84



Огонь

2. Пусть вспыхнет огонь прозрений:
ошибки в помощь! 89
ПЕРЕЖИВИТЕ ПРОВАЛ
- Не бойтесь случайных осечек — пусть ошибки
станут вашими проводниками 96*
- Подберите правильный вопрос к неверному ответу 113*
- Намеренный провал 118*
- Размышления напоследок. Измените восприятие 124*



Воздух

3. Сам себе Сократ. 129
ИСКУССТВО ЗАДАВАТЬ ВОПРОСЫ
- Ответы, которые приводят к вопросам 131*
- Вопросы подстегивают любопытство 143*
- Ставьте вопрос правильно 147*
- Размышления напоследок. Искусство задавать вопросы
и быть активным слушателем 159*



Вода

4. Наблюдайте за потоком идей 163
ВЗГЛЯД НАЗАД И ВПЕРЕД
- Поток идей как способ понять современные достижения 168*
- Создание новых идей из старых 179*
- Размышления напоследок.*
- «Строительные работы» — это норма 196*

**Квинтэссенция**

5. Решитесь на перемены 201
ПЕРЕЖИВИТЕ ВНУТРЕНнюю
ТРАНСФОРМАЦИю
- Вам это по плечу* 214
Размышления напоследок.
Найдите свою квинтэссенцию 221

**Подведем итоги**

- Как тренировать эффективное мышление 225
КРАТКИЙ ОБЗОР
- Поделитесь своими историями
эффективного мышления 243
- Благодарности 244
- Об авторах 248

Предисловие

Мышление — вот в чем вся соль

Мыслю, следовательно, существую.

— *Рене Декарт*

Корень успеха, о чем бы ни шла речь — от академической карьеры до бизнеса, от управления до личной жизни и так далее, — лежит в мышлении. Интуиция, моральные ценности, умение принимать решения и справляться с непростыми задачами, креативность — все это, по сути, связано с мышлением.

А потому вовсе не удивительно, что эффективность мышления — залог успеха студентов, профессионалов, бизнес-гуру, художников, писателей, политиков и каждого из нас в повседнев-