



複雜問題簡單解決

秘書室 楊怡君

這本書最大的重點為面對困難、複雜的問題時，可以藉由三個步驟的思考方式，進行有系統地拆解與決策。

因此本書作者提出「FrED複雜問題解決法」，這套方法的精神在於，當我們面對看似龐大而混亂的議題時，不需要驚慌失措，而是透過三個明確步驟，來加強思考的邏輯力：

1. 定義問題（Frame）：首先要釐清自己真正要處理的核心是什麼。許多時候我們之所以耗費力氣卻看不到成果，是因為一開始就判斷錯誤，把時間花在錯誤的方向上。因此，能否把問題精準定義，則是決定後續努力是否有效的關鍵。

2. 探索選項（Explore）：當問題被正確定義後，下一步便是開放思路，盡可能展開更多可能性，而不是只挑選表面上最明顯的方案。這個過程需要我們暫時放下以往慣性與自我限制，讓自己去看見不同角度的解答。

3. 做出決策（Decide）：在經過充分思索後，就要收斂思路，權衡利弊、風險與價值，最終挑選出最合適的方案並開始行動。作者提醒我們，決策並不等於完美，而是找到一個「能推動前進」的方向，並且隨著情況調整。

書中點出一個我非常共鳴的現象：「許多時候不是問題真的無解，而是我們被自己的情緒、恐懼與焦慮卡住，結果失去了判斷與思考能力。」我也曾有過相似經驗，遇到困境時，急著找方法、急著行動，最後才發現原來根本沒有抓到問題的重點，耗費了大量時間與精力。這讓我更能體會，為什麼「定義問題」這一步是全過程中最關鍵的一環。

更重要的是，這本書並不是在教我們如何立刻產出答案，而是要我們在混亂中培養一種「秩序感」。當問題被結構化、被拆解後，再複雜的情境也能逐漸被理清。我覺得這套方法其實是一種「思考框架」：提醒自己不要因為慌亂而隨意下決定，也不要被那些看似正確、卻未經檢驗的方案所迷惑。

總結來說，《複雜問題簡單解決》帶給我的最大收穫，就是讓我學會如何在不確定與複雜之中，建立一種可依循的秩序，並且有信心踏出下一步。

