WORKSHOPSKILL · FACILITATION KIT

是的，而且 — 引導者執行手冊

資料夾： yes-and-ramp ・分類：創造力・4–12 人・15 分鐘・實體＋線上・可列印道具・工具包

授權：CC BY 4.0

目录

目標
唯一規矩
怎麼帶
那張卡
變化版
貼上一面牆
代理版
回讀這條梯子
反思引導的翻車點
什麼時候用這個活動
佈置
為什麼只準接受
翻車點
引導筆記
資料夾裡的道具
怎麼帶這場反思引導
六個反思問題

15	4–12	實體 + 線上
分鐘	人數	形式

是的，而且 — 執行指南

一群人圍一圈，每人往上加一層來把一個想法搭起來——每人必須從上一個人說的開始（「是的，而且……」），而不是替換它（「是的，但是」）。一個提示想法沿著一排只準接受的貢獻往上爬，直到全組認不出它從哪裡起步。這套機制是一塊肌肉：它練的是在別人想法上搭建、而不是編輯他們，這正是一場卡住的頭腦風暴和一場滾雪球的頭腦風暴之間的差別。**跟把想法編輯到最安全那一個的頭腦風暴不同——這條梯子只往上搭：機制就是肌肉，它練的是接受–疊加、不是評判–刪改。**

目標

跑完之後，學員將：

1. 把一個普通想法通過一整輪「是的，而且」往上搭——從不刪掉上一個人的。
2. 感覺到「那樣行不通」的反射在哪裡踢進來，並刻意推過去。
3. 回讀種子走了多遠，並點名那個反射在真實評審裡花掉了他們什麼。

什麼時候用這個活動

- 你的想法會在任何搭建之前坍縮成「那樣行不通」。
- 你想要十五分鐘純粹的生成動力來打開一場設計或命名會。
- 你有 4–12 個願意圍一圈說話的人；電話會上也能跑。

唯一規矩

每一輪先接受上一個貢獻——出聲、用「是的，而且」這幾個字——然後加一樣東西。不許「但是」，不許複述來帶節奏，不許把別人的想法編輯成你更好的版本。如果你搭不上去，也照樣搭。

佈置

時鐘： 共 15 分鐘——種子 1、梯子 7、兩圈 2、回讀 4、橋接 1。

場地： 一個圓圈或一個電話會；一塊板或共享文件讓梯子對所有人可見。

每人材料：

物件	來源
只需嗓音	—
一支筆（如果寫下梯子）	自備

全場材料： 來自 `道具卡.pdf` 的種子卡、「是的，而且——不許但是」規矩卡、空白搭建卡，以及貼上牆的 A3 海報。

分組： 4–12 個願意圍一圈說話的人；一次一個想法。

角色： 每人接受上一輪、加一樣；你守住流水記錄、叫輪次，並在有人溜出「但是」時做輕觸「是的，而且」重置。

怎麼帶

時間	階段	引導者做什麼	學員做什麼
0–1	種子	在板上寫一個刻意普通的提示（「一家咖啡店」）。	讀種子；準備搭建
1–8	梯子	圍一圈；每人說「是的，而且……」並給想法加一輪。守住流水記錄讓梯子可見。	輪流：接受上一個貢獻，加一樣新東西
8–10	兩圈	再圍第二、第三圈，讓它爬好幾層。	繼續搭建；把想法推得更遠
10–14	回讀	從第一行起把整條梯子念一遍。跟種子比——距離才是重點。	聽；注意種子走了多遠
14–15	橋接	每人一句：你真實的「那樣行不通」反射在哪裡花掉了你這樣一條梯子。	分享一個反射花掉他們的真實例子

為什麼只準接受

「是的，但是」感覺像同意，其實是刪除——它把上一個想法拿掉了。「是的，而且」讓地板往上走。規矩聽起來好玩、其實嚴格；在一個爛貢獻上照樣搭建的自律，正是人們在真實評審裡做不到的。

那張卡

用 `道具卡.pdf` 的卡面：種子卡、「是的，而且——不許但是」規矩卡、空白搭建卡、回讀卡。規矩卡是承重那張——正是它攔住一個「但是」偽裝成同意。

翻車點

1. **有人溜出「但是」。** 梯子停住、房間退回編輯。救援：輕觸 重置——「是的，*而且*——再來。」別羞辱；反射就是教訓。
2. **一個人編輯而不是添加。** 他們把上一個想法改寫成自己更好的版本。救援：提醒——先接受他們的詞，再加你的一樣。
3. **梯子平進笑話。** 每輪更好笑但什麼都沒搭。救援：推一個更具體的輪次；逼它去某個具體地方，不是更好笑。
4. **回讀被跳過。** 時間用完、全組從沒聽到距離。救援：守住 10–14 那塊；回讀*就是*反思引導——砍梯子輪次之前別砍回讀。

變化版

- **線上：** 同一條梯子在共享文件裡，每人每輪加一行；最後把整份文件念回來。
- **命名/功能梯子：** 用你工作裡真實的命名或功能提示做種子，不用笑話——動力帶進會裡。
- **書面輪流：** 每人在下一個人讀之前先寫「是的，而且……」，讓安靜的嗓音也落地。
- **縮短（8 分鐘）：** 一圈五輪加一個快速回讀——夠重置房間的語域。

引導筆記

- 最有力的時刻是回讀，聽到一個普通種子在十輪裡走了多遠。
- 你自己的添加保持具體、別耍聰明——你定的是語域。

貼上一面牆

列印 `活動海報.pdf`（A3），把整場流程、「是的，而且——不許但是」規矩與回讀提示貼到一面牆上，邊帶邊看。

資料夾裡的道具

- `道具卡.pdf` —— 撲克規格列印頁（63.5 × 88.9 mm，含出血與裁切導引）：種子卡、「是的，而且——不許但是」規矩卡、空白搭建卡、回讀卡，帶品牌卡背
- `執行手冊.pdf` —— 印刷版：本執行手冊 + 反思引導裝訂成一份帶書籤的 A4 文件（`執行手冊-Letter.pdf` 是美版 Letter）
- `活動海報.pdf` —— 整條梯子貼上一面牆的 A3
- `執行指南.md` · `反思引導問題.md` · `快速上手.md` —— 引導者執行指南、反思引導、一頁快速上手
- `SKILL.md` · `yes-and-ramp.zip` —— 給代理的機器可讀清單，以及整個資料夾一次下載

代理版

資料夾裡每個檔案都有穩定的公開 URL——AI 代理可用三條 curl 取到卡牌、反思引導和這份執行手冊（見 `SKILL.md`）。紙本版只需要一圈人和一塊板來守住梯子。

是的，而且 — 反思引導

> 梯子不是你最後落到的那個想法——是你從不是那個把它停住的人的習慣。
>
> 配合 `執行指南.md` 使用。第 14 分鐘的橋接是壓縮版；這份是完整版。

怎麼帶這場反思引導

- **從種子行起、出聲**把梯子念一遍——它走的距離才是發現，不是最後一輪。
- 點名差一點的時刻：每次全組差點說「但是」，照樣搭建買到了什麼？
- 落到一個全組這週真會撿起來搭建的停放想法。

回讀這條梯子

1. **它從哪裡起步。** 板上那個普通種子。出聲念它，讓距離被感覺到。
2. **搭建的那些輪次。** 哪個「是的，而且」打開了最大的跳躍？那個貢獻接受了某樣薄的東西、把它變厚了。
3. **差一點的時刻。** 每次全組差點說「但是」——照樣搭建買到了什麼，是刪除會花掉的？

六個反思問題

1. 距離。

「想法什麼時候開始聽起來不像種子了，那感覺像失去還是像收穫？」

→ 測的是：梯子變成它自己東西的那個時刻——房間是哀悼種子還是慶祝攀爬。

2. 出人意料的輪次。

「哪個『是的，而且』最讓你吃驚——一個你自己絕不會說的——它加了什麼？」

→ 測的是：那個只因有人接受而非編輯才存在的貢獻。

3. 反射。

「在真實評審裡你哪裡先伸手去拿『那樣行不通』，而『是的，而且』本可以保住什麼？」

→ 測的是：遷移——點名反射花掉他們的那個真實會議。

4. 被拋棄的想法。

「有一個你拋棄的想法，它只需要有人在它上面搭建——是什麼？」

→ 測的是：追溯的遺憾——過去一場會被太早殺掉的東西。

5. 差一點。

「你哪裡差點說『但是』又抓住自己——照樣搭建給梯子買到了什麼？」

→ 測的是：反射的感覺成本 vs 接受的感覺收益。

6. 下一條梯子。

「下一個值得同樣只準接受對待的真實提示是什麼——你什麼時候跑？」

→ 測的是：遷移——把習慣排進日程，而不是結束練習。

反思引導的翻車點

翻車模式	為什麼會這樣	救援
讀成喜劇遊戲	梯子變好笑了	橋接到評審反射：「你的『是的，但是』在哪裡花掉了你下一輪？」
人們把功勞歸給最後一個想法	梯子頂看起來像有作者	從種子起重念——它不屬於任何人，這才是發現。
什麼都沒帶回去	反思引導停在「好玩」	以一個停放想法收尾，這週撿回來搭建。