WORKSHOPSKILL · FACILITATION KIT

是的，而且 — 引导者执行手册

文件夹： yes-and-ramp · 分类：创造力 · 4–12 人 · 15 分钟 · 线下+线上 · 打印道具 · 工具包

许可：CC BY 4.0

目录

目标
唯一规矩
怎么带
那张卡
变化版
贴上一面墙
代理版
回读这条梯子
复盘的翻车点
什么时候用这个活动
布置
为什么只准接受
翻车点
引导笔记
资料夹里的道具
怎么带这场复盘
六个复盘问题

15	4 – 12	线下 + 线上
分钟	人数	形式

是的，而且 — 执行指南

一群人围一圈，每人往上加一层来把一个想法搭起来——每人必须从上一个人说的开始（「是的，而且……」），而不是替换它（「是的，但是」）。一个提示想法沿着一排只准接受的贡献往上爬，直到全组认不出它从哪里起步。这套机制是一块肌肉：它练的是在别人想法上搭建、而不是编辑他们，这正是一场卡住的头脑风暴和一场滚雪球的头脑风暴之间的差别。**跟把想法编辑到最安全那一个的头脑风暴不同——这条梯子只往上搭：机制就是肌肉，它练的是接受–叠加、不是评判–删改。**

目标

跑完之后，学员将：

1. 把一个普通想法通过一整轮「是的，而且」往上搭——从不删掉上一个人的。
2. 感觉到「那样行不通」的反射在哪里踢进来，并刻意推过去。
3. 回读种子走了多远，并点名那个反射在真实评审里花掉了他们什么。

什么时候用这个活动

- 你的想法会在任何搭建之前坍缩成「那样行不通」。
- 你想要十五分钟纯粹的生成动力来打开一场设计或命名会。
- 你有 4–12 个愿意围一圈说话的人；电话会上也能跑。

唯一规矩

每一轮先接受上一个贡献——出声、用「是的，而且」这几个字——然后加一样东西。不许「但是」，不许复述来带节奏，不许把别人的想法编辑成你更好的版本。如果你搭不上去，也照样搭。

布置

时钟： 共 15 分钟——种子 1、梯子 7、两圈 2、回读 4、桥接 1。

场地： 一个圆圈或一个电话会；一块板或共享文档让梯子对所有人可见。

每人材料：

物件	来源
只需嗓音	—
一支笔（如果写下梯子）	自备

全场材料： 来自 `道具卡.pdf` 的种子卡、「是的，而且——不许但是」规矩卡、空白搭建卡，以及贴上墙的 A3 海报。

分组： 4–12 个愿意围一圈说话的人；一次一个想法。

角色： 每人接受上一轮、加一样；你守住流水记录、叫轮次，并在有人溜出「但是」时做轻触「是的，而且」重置。

怎么带

时间	阶段	引导者做什么	学员做什么
0–1	种子	在板上写一个刻意普通的提示（「一家咖啡店」）。	读种子；准备搭建
1–8	梯子	围一圈；每人说「是的，而且……」并给想法加一轮。守住流水记录让梯子可见。	轮流：接受上一个贡献，加一样新东西
8–10	两圈	再围第二、第三圈，让它爬好几层。	继续搭建；把想法推得更远
10–14	回读	从第一行起把整条梯子念一遍。跟种子比——距离才是重点。	听；注意种子走了多远
14–15	桥接	每人一句：你真实的「那样行不通」反射在哪里花掉了你这样一条梯子。	分享一个反射花掉他们的真实例子

为什么只准接受

「是的，但是」感觉像同意，其实是删除——它把上一个想法拿掉了。「是的，而且」让地板往上走。规矩听起来好玩、其实严格；在一个烂贡献上照样搭建的自律，正是人们在真实评审里做不到的。

那张卡

用 `道具卡.pdf` 的卡面：种子卡、「是的，而且——不许但是」规矩卡、空白搭建卡、回读卡。规矩卡是承重那张——正是它拦住一个「但是」伪装成同意。

翻车点

1. **有人溜出「但是」。** 梯子停住、房间退回编辑。救援：轻触 重置——「是的，*而且*——再来。」别羞辱；反射就是教训。
2. **一个人编辑而不是添加。** 他们把上一个想法改写成自己更好的版本。救援：提醒——先接受他们的词，再加你的一样。
3. **梯子平进笑话。** 每轮更好笑但什么都没搭。救援：推一个更具体的轮次；逼它去某个具体地方，不是更好笑。
4. **回读被跳过。** 时间用完、全组从没听到距离。救援：守住 10–14 那块；回读*就是*复盘——砍梯子轮次之前别砍回读。

变化版

- **线上：** 同一条梯子在共享文档里，每人每轮加一行；最后把整份文档念回来。
- **命名/功能梯子：** 用你工作里真实的命名或功能提示做种子，不用笑话——动力带进会里。
- **书面轮流：** 每人在下一个人读之前先写「是的，而且……」，让安静的嗓音也落地。
- **缩短（8 分钟）：** 一圈五轮加一个快速回读——够重置房间的语域。

引导笔记

- 最有力的时刻是回读，听到一个普通种子在十轮里走了多远。
- 你自己的添加保持具体、别耍聪明——你定的是语域。

贴上一面墙

打印 `活动海报.pdf`（A3），把整场流程、「是的，而且——不许但是」规矩与回读提示贴到一面墙上，边带边看。

资料夹里的道具

- `道具卡.pdf` —— 扑克规格打印页（63.5 × 88.9 mm，含出血与裁切导引）：种子卡、「是的，而且——不许但是」规矩卡、空白搭建卡、回读卡，带品牌卡背
- `运行手册.pdf` —— 印刷版：本运行手册 + 复盘装订成一份带书签的 A4 文档（`运行手册-Letter.pdf` 是美版 Letter）
- `活动海报.pdf` —— 整条梯子贴上一面墙的 A3
- `执行指南.md` · `复盘问题.md` · `快速上手.md` —— 引导者执行指南、复盘、一页快速上手
- `SKILL.md` · `yes-and-ramp.zip` —— 给代理的机器可读清单，以及整个文件夹一次下载

代理版

资料夹里每个文件都有稳定的公开 URL——AI 代理可用三条 curl 取到卡牌、复盘和这份运行手册（见 `SKILL.md`）。纸质版只需要一圈人和一块板来守住梯子。

是的，而且 — 复盘

> 梯子不是你最后落到的那个想法——是你从不是那个把它停住的人的习惯。
>
> 配合 `执行指南.md` 使用。第 14 分钟的桥接是压缩版；这份是完整版。

怎么带这场复盘

- **从种子行起、出声**把梯子念一遍——它走的距离才是发现，不是最后一轮。
- 点名差一点的时刻：每次全组差点说「但是」，照样搭建买到了什么？
- 落到一个全组这周真会捡起来搭建的停放想法。

回读这条梯子

1. **它从哪里起步。** 板上那个普通种子。出声念它，让距离被感觉到。
2. **搭建的那些轮次。** 哪个「是的，而且」打开了最大的跳跃？那个贡献接受了某样薄的东西、把它变厚了。
3. **差一点的时刻。** 每次全组差点说「但是」——照样搭建买到了什么，是删除会花掉的？

六个复盘问题

1. 距离。

「想法什么时候开始听起来不像种子了，那感觉像失去还是像收获？」

→ 测的是：梯子变成它自己东西的那个时刻——房间是哀悼种子还是庆祝攀爬。

2. 出人意料的轮次。

「哪个『是的，而且』最让你吃惊——一个你自己绝不会说的——它加了什么？」

→ 测的是：那个只因有人接受而非编辑才存在的贡献。

3. 反射。

「在真实评审里你哪里先伸手去拿『那样行不通』，而『是的，而且』本可以保住什么？」

→ 测的是：迁移——点名反射花掉他们的那个真实会议。

4. 被抛弃的想法。

「有一个你抛弃的想法，它只需要有人在它上面搭建——是什么？」

→ 测的是：追溯的遗憾——过去一场会被太早杀掉的东西。

5. 差一点。

「你哪里差点说『但是』又抓住自己——照样搭建给梯子买到了什么？」

→ 测的是：反射的感觉成本 vs 接受的感觉收益。

6. 下一条梯子。

「下一个值得同样只准接受对待的真实提示是什么——你什么时候跑？」

→ 测的是：迁移——把习惯排进日程，而不是结束练习。

复盘的翻车点

翻车模式	为什么会这样	救援
读成喜剧游戏	梯子变好笑了	桥接到评审反射：「你的『是的，但是』在哪里花掉了你下一轮？」
人们把功劳归给最后一个想法	梯子顶看起来像有作者	从种子起重念——它不属于任何人，这才是发现。
什么都没带回去	复盘停在「好玩」	以一个停放想法收尾，这周捡回来搭建。