

培養「觀察力」(Observation)

觀察不只是「看」，而是要有意識地接收訊息並發現其中變化的過程，花時間觀察一個熟悉的物體或環境，並找出以前從未注意到的細節，除了視覺，試著運用環境中的氣味、聲音，幫助你在 觀察力訓練 中提到的多維度思考。

培養「探索力」(Exploration)

探索是保持好奇心並主動尋求未知解答的驅動力。練習對現狀提出「為什麼 (Why)」與「如果...會怎樣 (What if)」，並多元、跨領域的閱讀，動手實驗 (Hands-on)，不要只看評論，應直接進行實作測試

培養「邏輯分析能力」(Logical Analysis)

邏輯分析是將收集到的資訊進行分類、評估並得出合理結論的能力。多練習批判性思考，廣泛閱讀期刊論文或研究報告。