

arnwark

本書について

本書は公開しているマーキングシンクメソッドの電子書籍3冊をカタログ化したものです。

書籍毎にメソッドの概要を記載しました。

必要なメソッドを探す時に使用してください。

マーキングシンクメソッドは、考えが浮かぶ毎にしるしをつけていくことで記憶の補助、思考状態の認識、思考への集中などを行う手法です。

電子書籍は、紙とペンで行うもの、ビューワ上で使用するもの、ツール工作の説明の三種類に分かれます。

また、デザインはイラスト風、カード風、クラフト風、ボード風、マップ風などのバリエーションがあります。

同じメソッドだけを使用していると思考の単調さや偏りができ、飽きて来ます。色々なメソッドを試してみてください。

紙ペン式フリーハンド

Marking
Think
Tool
shower



四つの観点に分けて考えるメソッドです。

観点は感情、有益、合理、理想です。考えが浮かびやすい観点は、思考促進につながります。

偏りを見つけバランスを取る、あるいはあえて偏りを作るなど意図的な思考を行うことができます。

Marking
Think
Tool
garden



浮かんだ考えの重要さをグラフのように記述するメソッドです。

思考の中心を捉えることで、より集中するタイミングを得ることができます。

また重要さを振幅させれば思考が深まります。

Marking
Think
Tool
track



思考の進み具合を五段階で捉えるメソッドです。

現在地点を認識し、前進、後退、ジャンプ、ゼロベース、逆算思考などを意識して行います。

また前進と後退を振幅させることで思考を広げます。

Marking
Think
Tool
siren



腑に落ちないことを四つの観点から考えるメソッドです。

観点は感覚、経験、信条、現況です。気にかかる事柄に関連する考えを観点に当てはめていきます。

より多くの観点が当てはまるものを見つけ腑に落ちない原因をつかみます。

Marking
Think
Tool
oar



明確と曖昧の振幅を意識するメソッドです。

明確なら左に、曖昧なら右にずらして記述します。

左右の振幅のバランスを取るか、あるいは振幅を大きくするかを意図し、思考の幅を広げていきます。

紙ペン式フレーム

Marking
Think
Tool
race



理想と現実の程度を比較しながら考えるメソッドです。

考えが浮かぶ毎に6×2のマスに理想と現実の程度を記入し、その差を視覚的に捉えながら考えていきます。

差を縮めることを目標とすることで思考を促進します。

Marking
Think
Tool
dual



相反する考えを結びつけるためのメソッドです。

相反する考えのそれぞれに属しながら相反する側と関連する事柄を見出して、相反を結びつけます。

視覚的な切り分けが焦点を当てておくべきところを見つけやすくします。

Marking
Think
Tool
whole



広い世界から深い世界までを意識するメソッドです。

浮かんだ考えを世界全般、自己とかかわる世界、自己の世界、自己の手掛ける世界、普遍的な世界に分けて捉えます。

思考を広げることや思考を深めることを目指します。

Marking
Think
Tool
tangle



考えの新規性と焦点の定まりの振幅を捉えるメソッドです。

浮かんだ考えの新規性と焦点をレベルにして捉えます。そしてどちらを高めていくかを意図しながら、最終的に新規性と焦点の両方が高まることを目指します。

Marking
Think
Tool
syphon



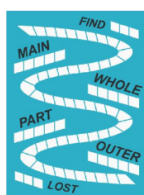
感情の内向き外向きと正負の程度を意識しながら考えるメソッドです。

考えが浮かぶ毎にそこに含まれる感情とその強さを視覚化し、バランスを取るかバリエーションを広げます。

先に感情を出すと思考が進みやすくなる場合があります。

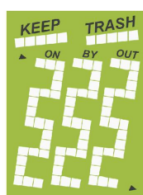
ペーパーカードデザイン

Marking
Think
Card
water



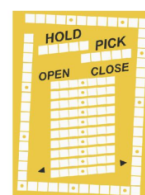
arnwark

Marking
Think
Card
leaf



arnwark

Marking
Think
Card
harbor



arnwark

四つの視点を用いて思考の方向を見出すメソッドです。視点はテーマの中心、全体、部分、外側です。

中央部分で思索しながら、視点に当てはまる事柄を見つけます。

どの視点をどれだけ考えたかを認識し、方向の舵取りを行います。

思考のたどり着く先ごとに三つのゾーンに分けて考えるメソッドです。

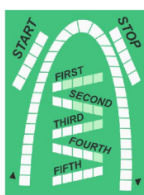
通常の結論、やや変わった結論、かなり変わった結論のいずれかになることを予想し視覚的に切り分けることで思考の向きの可否を認識します。そして、たどり着きたい結論になるよう思考を変化させていきます。

思考の分散と収束の状態を認識するメソッドです。

周囲の思索エリアで思考し特定の位置に来れば、分散収束の状態を判断します。

そして分散収束の状態を意図的に変化させ結論を目指します。

Marking
Think
Card
bay



arnwark

Marking
Think
Card
air



arnwark

重要さをランク付けしながら考えるメソッドです。

アーチ状の思索ゾーンで考えた事柄の重要さを五段階に分けます。

それを元に重要さにメリハリがつくような思考を目指します。

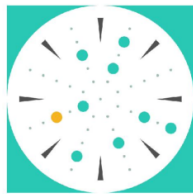
四つの思考の分類の組み合わせを意識するメソッドです。

浮かんだ考えが、時間、空間、存在、関係の組み合わせのどれに当てはまるかを認識していきます。

そして現れてない組み合わせを考え、思考を広げることを目指します。

ボードデザイン／マップデザイン

Marking
Think
Board
bound



arnwark

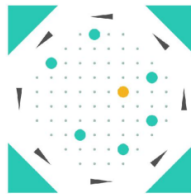
何が目的かを明確にするためのメソッドです。

浮かんだ考えの明確さの程度によって中央からの位置を決めます。考えながら真の目的を浮かび上がらせます。

最終的に中央には目的となる事柄が来るようにします。

多方面から考えることで、より正確な目的がつかめます。

Marking
Think
Board
fusion



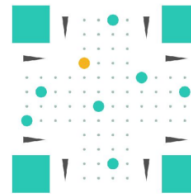
arnwark

思考の上昇や下降、遷移などを感覚的に捉えるメソッドです。

考えが浮かんだ時の感覚に近い箇所を視覚化していくことで、使用されてない感覚を認識します。

また感覚の流れを作ることにより思考をスムーズにします。

Marking
Think
Board
ride



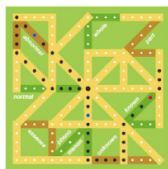
arnwark

メインテーマとサブテーマを交差させるメソッドです。

縦向きにメインテーマを考えながら、横向きにサブテーマを考えていきます。

視覚的な双方の交わりによって、メインテーマとサブテーマの関連付けを誘導します。

Marking
Think
Board
road



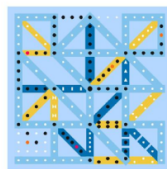
arnwark

散歩のように思考するメソッドです。

道を辿りながら考えます。道に設けられた正常、異常、全体、部分、既知、未知、現象、本質のゾーンでは、それらを考えます。

できるだけ多くの道を通るようにするとより深い思考が行えます。

Marking
Think
Board
traffic



arnwark

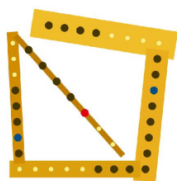
道のイメージに沿って思考するメソッドです。

道なき道、広い道、狭い道、断続的な道、不規則な道、ジグザグな道などを、感覚的なイメージで考えていきます。

いろいろな感覚で考えることでアイデアやヒントを浮かび上げられます。

ウッドクラフトデザイン／ランダムパターン

Marking
Think
Craft
corridor



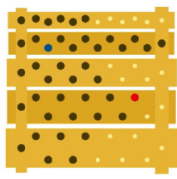
arnmark

感覚的に思考の絞り込みや拡張を行うメソッドです。

外側から始めたときは思考を絞り込んでいきます。内側から始めたときは思考を拡張していきます。

図形の幅に合わせたイメージを持って思考を行います。

Marking
Think
Craft
promenade



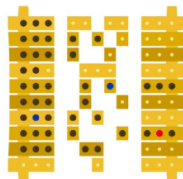
arnmark

感覚的に思考を振幅させるメソッドです。

小さな振幅から大きな振幅へと段階的に増やしながら考えていきます。

図形の振幅に合わせたイメージを持って思考を行います。

Marking
Think
Craft
forward



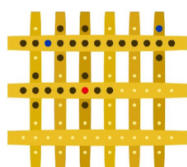
arnmark

感覚的に思考の飛躍や意思決定をするメソッドです。

図形の途切れている箇所でジャンプするイメージで考えていきます。

また、途切れている幅の大きさで思い切る強さを変えます。

Marking
Think
Craft
assign



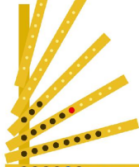
arnmark

考えの候補を選びながら思考するメソッドです。

形状の交わる箇所で候補を最大三個まで出し、そのうちの一つを選ぶか統合して思考を進めます。

通常は選ばない候補を選ぶと思考を広げることができます。

Marking
Think
Craft
ramp



arnmark

形状に合わせて気分を上昇させながら思考するメソッドです。

下側から始め、角度を増やしながら上側へと考えていきます。

感覚的な上昇感を気分の上昇につなげていくことでポジティブな思考を目指します。

MarkingThink
numbers

18	20	7	15	23	24
26	27	21	14	35	25
30	33	2	5	12	10
11	9	32	29	22	28
8	1	16	4	36	34
3	19	13	31	6	17

arnmark

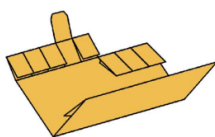
ランダムに並べた数字を順に見つけながら考えるメソッドです。

数字を探すという行為で脳の活性化を促します。

重要な事柄が出やすい平均的な番号を知ること、思考を継続する目標とすることができます。

ペーパークラフト／ウッドボードデザイン

Marking Think knuckle



arnwark

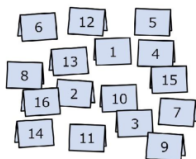
紙で作る基本的なメソッドの思考ツールの工作本です。

名刺サイズの紙を一枚用意し、折って、ハサミで切って作成します。

折り曲げた部分を伸ばして使用します。

浮かんだ考えと重要な事柄のマークが行えます。

Marking Think ear



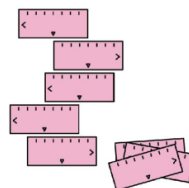
arnwark

紙で作る数字を見つけながら考える思考ツールの工作本です。

名刺サイズの紙を四枚用意し、折って、ハサミで切って、ペンで数字を書き込んで作成します。

考えが浮かぶ毎に数字を順番に見つけ、押しつぶして使用します。

Marking Think tail



arnwark

紙で作る左右の方向を意識する思考ツールの工作本です。

名刺サイズの紙を二枚用意し、折って、ハサミで切って、ペンで目盛りを書き込んで作成します。

基準から目盛りをずらして使用します。

意図的に方向を変えることで思考の単調さを防ぎます。

Marking Think Time branch



arnwark

図形から思考の流れをイメージして考えるメソッドです。

図形は事前、テーマ、サブテーマ、まとめなどを意味します。

図形上にマークを入れながら考えます。

思考の構造的な状態を認識しながら、思考の形を作っていきます。

Marking Think Time ivy



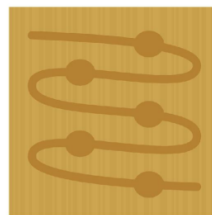
arnwark

思考の仕切り直しを意識するメソッドです。

ラインに沿って考え、必要なら仕切り直しの位置から考え直します。

思考を繰り返して、仕切り直しの位置や回数の良くないパターンを見つけ、新たなパターンに変化させます。

Marking Think Time nest



arnwark

定期的に思考の中心を意識するメソッドです。

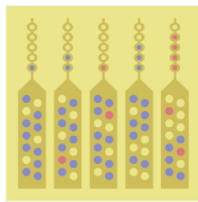
ラインに沿って考え、特定の箇所で思考の中心を考え直します。

思考の中心が明確な場合、明確でない場合、複数ある場合などを変化させて、より良い思考を目指します。

イラストデザイン／ウッドカードデザイン

Marking Think Time

build



arnmark

思考の価値を評価しながら考えるメソッドです。

ひと区切り考えて、それらの価値を五段階で評価します。

評価の伸び具合で思考の方向性が正しいかを判断します。

あるいは評価を振幅させることで思考を広げることを目指します。

Marking Think Time

beads



arnmark

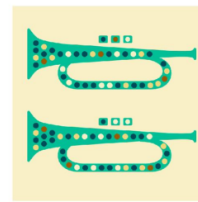
深く考える対象を見つけて考察するメソッドです。

思索エリアで対象を見つけ、考察エリアで対象を考え、結論エリアでヒント、解決策、答えなどを出します。

考える数を変えることで思考に変化をつけることができます。

Marking Think Time

brass



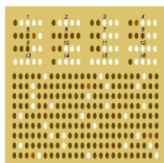
arnmark

反芻して考えるメソッドです。

テーマエリア・基本エリア・反芻エリア・基本エリアの順に考えます。

同じことを再度考えることで、慎重な考えや深い考え、あるいは考えの変化などにつながります。

Marking
Think
Cafe
occur

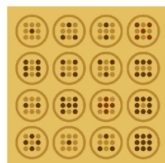


arnmark

ひと区切りの思考に含まれる考えの数を認識するメソッドです。

ひと区切り思考し、そのときの考えの数をマークします。そして思考数の偏りや分散を認識し、思考に見直しをかけます。それから集中や移動、分散を意図して考えていきます。

Marking
Think
Cafe
crawl



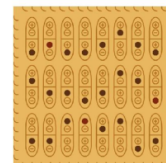
arnmark

考え毎の明確さの程度を認識するメソッドです。

明確さの程度は九段階で表現します。

うまく考えられないときは思考に見直しをかけます。明確さの程度を少しずつ増やすか減らすか、あるいは明確さの程度を一気に増やすか減らすかして、思考を変化させていきます。

Marking
Think
Cafe
wake



arnmark

考えが浮かんだタイミングを認識するメソッドです。

すぐに思いついたか、またそれがプラスかマイナスかを認識していきます。

思考の状態が大きな波となるように意図した思考を行います。それが出来ない場合は、小さな波を作りながら大きな波にできる機会を待ちます。

表題 Marking Think Book Catalog
著作 arnwark
第一版 2026年9月17日

Marking Think Book Catalog

著 者 arnwark

制 作 Puboo
発行所 デザインエッグ株式会社
