

心態致勝



[心態致勝 下载链接1](#)

著者:Dweck, Carol S.

出版者:大塊文化出版股份有限公司

出版时间:20070301

装帧:平裝

isbn:9789867059536

媒體推薦

【96年3月誠品選書】為什麼人們有不同的思想，不同的行為，過著各自不同的生活？一般有生理差異與環境條件等兩種不同的解釋，但究竟哪一種才是正確？動機與人格心理學專家杜威克經過多年來的研究，認為這兩種說法並不是二選一的問題。他指出，人們對自己採取什麼看法，才是影響個人的生活方式的關鍵，同時他認為這個看法也將決定自己是否符合自我期待、完成自己看重事情的結論；也就是說不同的心態將造就迥異的人生，而且這個認知的過程是從童年乃至於成年均適用。他同時還指出，即使是在文學、運動、科學、企業等不同範疇，都可廣泛運用「成長心態」以獲致成功。換言之，只要相信人的素質可透過後天的努力來培養，皆能發展出獨特的天賦，所以，任何人都可以透過改變自己的心態來改變命運——只要你願意。

內容簡介

成功與否不再是能力問題，而是心態問題——向不可能說可能的頭腦學

人們採取什麼樣的心態，往往決定了他會是什麼樣的人。本書強調每個人對心態保有絕

對的主權，成功與否不再是能力問題，而是心態問題。世上沒有強者與弱者之分，而只有學習或不學習的差別，所謂天才，無非二%的靈感外加上九十八%的汗水。作者以她二十幾年的研究成果，教導所有人如何以心態取勝：心態其實決定著你的能力，並對成功與失敗有著全新的界定。從運動的冠軍心態，到經營企業的CEO症，乃至親子互動，甚或愛與不愛的情感難題，心態無不扮演舉足輕重的角色。迄今尚無任何著作闡述這種心態效應，並說明該如何應用於生活之中。本書除了解析成功與失敗的微妙分際——無論是在科學、藝術、運動，或企業領域，讀者也將藉此更加瞭解該如何與上司、朋友、伴侶或子女相處。心態到底從何而來，又該如何改變？在判斷自己行或不行之前，請先搞懂什麼叫做心態。

作者介绍:

心態導航家・德威克博士 Carol S. Dweck, PH. D.

人格、社會心理學，以及發展心理學領域數一數二的研究專家。曾任哥倫比亞大學、史丹福大學心理學系教授，美國國家藝術與科學院院士。她的《自我理論》(Self-Theories : Their Role in Motivation, Personality, and Development)曾獲選為「世界教育協會」(World Education Fellowship)「年度好書」。藉由廣泛的運用與實踐，德威克教授協助了成千上萬的父母、教師、教練，以及管理階層，並界定了心態在任何領域所扮演的關鍵角色。現與夫婿定居於加州。

目录:

[心態致勝_下载链接1](#)

标签

心理

心态

成长

励志

思维

自我管理

社会学

心態

评论

成長心態 vs 定型心態

[心態致勝_下载链接1](#)

书评

迄今为此，我见过的最大世面就是在身无分文的时候，透支1万元去听了一场雅尼的音乐会。

如今5年过去了，我一点都没后悔当初的决定，因为是这个决定，引发了我这一生的思维转变:从固定思维模式变成了成长型思维模式。
尤其是当我完成这趟旅行后，深刻领悟到两点，第一点是：原来...

小林和小希是结婚好几年了。小林高大英俊，事业有成，经过这些年的打拼，刚刚出任总经理；小希的美丽和干练，不仅是小林的贤内助，也同时有一番自己的事业，同样有不俗的表现，两个人还有一个聪慧可爱的宝宝，这是一对旁人眼中羡煞了的恩爱夫妻。小林和小希彼此也对自己的另...

美国老电影《土拨鼠之日》中，天气预报员菲尔发现自己被困在了2月2日这一天，不断地循环。每天早上醒来，一切都会重复来过。听到同样的广播，遇到同样的人和事，还有同样的工作安排，无论菲尔怎么改变，都无法跳出这个怪圈。
现实中虽然不会有如此荒诞的事，但是很多人却同样过...

《终身成长》这本书很经典，但是豆瓣上的短评褒贬不一。我想，快速翻阅完这本书然后打个星是很容易的，但按照书中的理论开始反思和实践却要花相当的精力。但若非如此，这本书就难以发挥它的价值。正如这本书的作者所言，「改变不是外科手术，旧的信念会和新的信念共存」、「...

我不了解刘翔训练的细节，但是奥运前铺天盖地关于刘翔的新闻是他能保住第一吗，没人关心他的训练和心理。古巴人的横空出世打破了刘翔第一的心理，突然间刘翔失去了锐气，害怕失败的心理使他乱了步骤，全国人民给与的天才称号使他不能随便努力练习，刘翔可能在想，大家如果知道...

美国心理学家 Carol Dweck
在《Mindset》一书中提出了两种思维模式：僵固式思维模式（fixed mindset）和成长式思维模式（growth mindset）。前者倾向于认为人的能力无法改变，而后者则认为人的基本品质可以通过努力不断提高。看到这儿你可能已经断定自己肯定属于后者了，别急...

一个词评价的话：blablabla.
同样是表达一个简单的idea，为什么就一句废话都没有，听上好几遍都不嫌烦，而有的书（比如这本）却像韩剧一样让人恨不得练就一身速读的本领，好赶紧快进呢？写作的功力，真是高下立见。虽然作者文笔非常一般，内容组织的...

记得小时候，爸妈为了鼓励我，经常在我做对了一件事后，夸我：真聪明！我洋洋得意，很长一段时间都认自己是最聪明的小孩。后来有一天，大姨来家里做客。我在卧室玩，大人们在客厅聊天。大姨说：“JJ（我的小名）很聪明的哦”。我爸说：“她不算聪明，智商很一般的”。我听到后...

“良好的开端是成功的一半。”
看到柏拉图的这句脍炙人口的名言，你有什么感想呢？
对于我来说，这句话让我感到非常兴奋。看！成功啊，是多么地容易！需要的仅仅是一个好的开头而已。
然而，事与愿违的是，这句话并没有给我带来成功，反倒是引来了拖延症。

仔细想想，其中的原...

小朋友精力旺盛，为了让他安静下来，我就交给他一个打乱的七巧板，让他自己琢磨拼装。不久孩子就大喊：“我拼好啦！”外婆在旁边马上说：“你真聪明！”我赶紧补上一句：“你能坚持十几分钟，自己独立把七巧板拼好，妈妈很欣赏。”
尽管我也常常惯性使然，夸奖孩子时脱口而出：...

1 我的一位大学室友在毕业后的几年内发生了脱胎换骨的变化。
用“脱胎换骨”这个词一点都不夸张。读大学的时候，她给我的印象是有一点点特立独行，比我们都成熟一些，学习成绩平平，恋爱谈到飞起。毕业之后虽然联系不多，当仅从朋友圈中就可以看清楚她的发展轨迹。先是闪婚生...

1 前几天，发生的一件小事，引发了我和老公之间的“热战”。
他们公司每年都会报一定住宅面积的采暖费。种种原因，我们今年没有采暖费发票。于是，老公就用同事多余的收据开了发票。问题是，对方在开票时，没有按公司财务制度，注明单价、房屋面积等项目，还得重新换张发票。...

一本书要怎么读，读过之后书中阐述的概念、方法又能在读者的生活中掀起多大的涟漪，一千个读者恐怕会有一千种答案。我们尽可以选择自己喜爱的认为最适合的读书方法，不要担心是否会犯错，因为很多事情也没有唯一的“标准答案”。
谈论读书法看起来和这本书风马牛不相及。不是...

《看见成长的自己》，书名容易让人以为是励志书，但实际上这是一本扎扎实实讲思维模式的书。
我们平时常说的心态、价值观等，其实都可以归结为我们的思维模式，是我们看待自己、看待这个世界的方式。可以说，思维模式就是我们时刻戴着的一副眼镜，你可能根本察觉不到它的存在...

-01- 学霸和学渣究竟差在哪儿？
我们先来看一个实验：实验对象是一群4岁的孩子。实验步骤很简单，工作人员先给孩子们非常简单的智力拼图，几乎所有孩子都能相当出色地完成任务。每个孩子完成测试后，研究人员会把分数告诉他，并说上一句表扬的话，比如“你在拼图方面很有天分，

...

一段时间以来，我所作的阅读和有限的经历让我执着于这么一个理论：命运的一半一半理论。这是我杜撰的一个词，意即命运一半已定，另一半在我们手里。它想阐释的如同一首闽南语老歌所唱的：“三分靠注定，七分靠打拼”，不同的只是比例而已，也许我的看法更为悲观和保守一些。那...

[心態致勝_下载链接1](#)