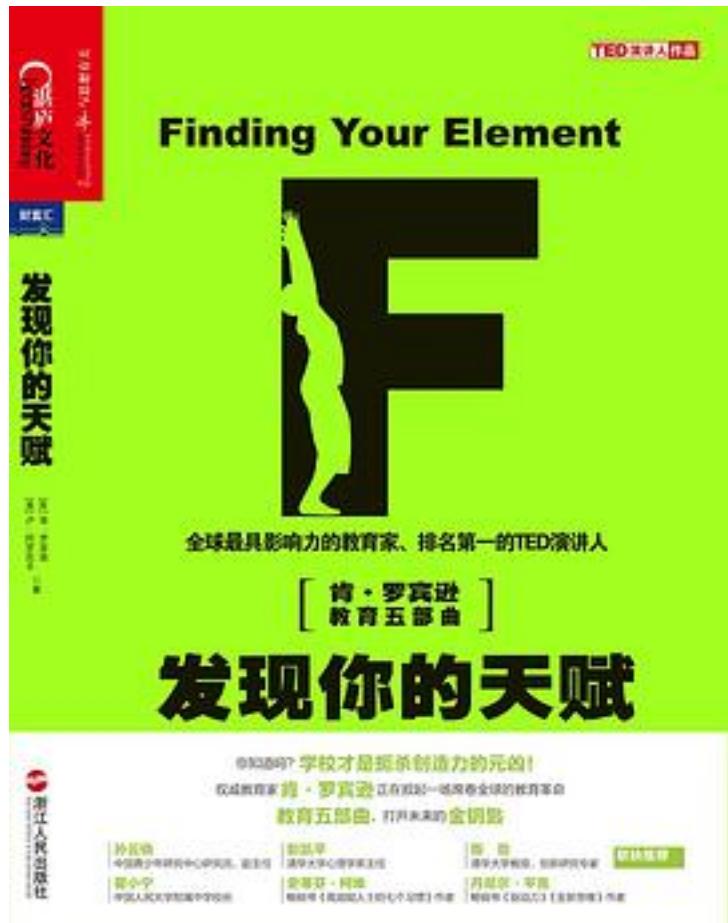


# 发现你的天赋



[发现你的天赋 下载链接1](#)

著者:【英】肯·罗宾逊 (Ken Robinson)

出版者:浙江人民出版社

出版时间:2015-3

装帧:平装

isbn:9787213065132

挖掘自己的天赋对追求不一样的生活、做真正的自己有着怎样的意义？作者从提出发现天赋要遵循的3个步骤和3大原则开始娓娓道来，从天分、热情、幸福感、态度、“部落”及“部落”文化等方面着手，从不同角度分析这些元素对发现天赋之旅的不同意义。

6大内容块充实全书内容：明确天赋真正要义的理念和原则、丰富的案例和故事、帮你寻找自己天赋的15个循序渐进的训练课、丰富且视角客观的学习资源、启发思考的章节问题以及独具特色的测试。力图从不同的、全面的视角挖掘你的天分、热情、态度和潜力，让你更好地审视周围环境并帮你深刻自省。

有的人活着，没有任何冒险和抱负，而有些人活着，为的就是一场场探险。探寻天赋之旅正是这样的冒险。这一“双向之旅”向内挖掘你的灵魂深处，向外挖掘外部世界蕴藏的种种机遇。本书会告诉你，无论风险暗藏还是困难重重，探寻自己的天赋都是值得的！

作者介绍：

肯·罗宾逊

1950年出生于英国利物浦。1968年进入利兹大学学习英语和戏剧。1981年进入伦敦大学攻读博士学位，研究方向是教育戏剧和教育剧场。

英国华威大学教育学教授，全球最具影响力的教育家。2003年，罗宾逊因杰出的贡献而被英国女王伊丽莎白二世封为爵士。

排名第一的TED演讲人。截至2015年1月底，通过TED网站观看罗宾逊“学校扼杀创造力”演讲的人次超过3080万，创造了TED大会创立以来的最高纪录。

2011年，罗宾逊被评为“Thinkers50顶尖思想家”与“创造力和创新领域的全球杰出思想家”。

目录: 前言 从“思考人生”走向“创造人生”

01 发现天赋

每个人的天赋都各不相同，发现天赋的过程也千差万别。不过，发现天赋并非无章可循。只要严格掌握3个步骤并牢牢记住3

大原则，我们就能逐渐认清自己的人生方向，发现自己的天赋。

我的天赋是如何被发现的

发现天赋的3个步骤

发现天赋的3大原则

确定自己的人生方向

练习1：冥想

练习2：评估“现在的你”

练习3：描述自己

02 你擅长什么？

找到天分与热情的契合点，就能找到我们的天赋。天分是跟我们的身体组织密切相关的  
一种原始潜力，只有通过磨炼才能发现它。<sup>4</sup>

种测试方法有助于我们了解自己的天分是什么。我们的天分可能不止一种，并会随着我们的成长和兴趣的变化而变化。

天分与能力

发现自己天分的4种测试

你有多少种选择？

换个角度试一试

练习4：你擅长什么？

03 如何发掘你的天赋？

发现天赋的一个重要策略，就是尽你所能地创造各种新体验。我们本以为可以通过教育来发掘天赋，但教育却往往会影响我们。孩子不够专注可能是现代科技惹的祸，不用担心，他们的天赋是不会受到影响的。

网站设计师是如何成为魔术师的？

突破教育的阻碍

专注

做真正的自己

练习5：如何发现你的天分？

练习6：挖掘你的天分

04 你的最爱是什么？

顺应天赋不只是做自己擅长的事情，还要热爱它。此外，我们还要跟自己的心灵能量建立连接。不论如何，忠于自己的心灵以及通过正念而获得的积极情绪，都是发现天赋的重要保证。

感受热情

身体能量和心灵能量

忠于心灵

积极情绪的力量

练习7：你喜欢什么？

练习8：什么会吸引你？

05 什么会让你觉得幸福？

能否感受到幸福，与我们是否发现了自己的天赋密切相关。积极情绪、投入和意义是幸福的3大要素，而环境、生物遗传性和行为是影响个人幸福指数的3个重要因素。如果能超越自我，我们的幸福感就会更加强烈。

不幸福的真相

幸福的意义

提高幸福指数的3大要素

超越自我

练习9：你幸福吗？

练习10：幸福圆圈

06 你的态度是什么？

我们对世界的认识取决于我们的态度和思维模式。固定型思维认为天赋是与生俱来的，而成长型思维认为人们可以通过努力拓展自己的天赋。有时，我们不但要改变自己的态度，还要改变他人的态度。

你的水杯有多满？

冲破障碍

改变你的思维模式

改变他人的态度

练习11：你是如何看待事物的？

07 你的现在是不是你的未来？

每个人的起点都各不相同，并且会影响我们最初前进的方向。因此，去其他地方做些跟自己原来生活完全不同的事情，就可能发现新的选择。SWOT

分析是帮助我们评估当前位置的最好工具，并能指明我们的前进方向。

走出去

你的处境如何？

关一扇门，开一扇窗

你想去哪里？

练习12：你现在在哪里？

08 你的“部落”在哪里？

发现天赋的一个重要环节就是找到属于我们自己的世界：我们的“部落”。我们不但要找到自己所热爱的工作，还要适应所处“部落”的文化和那里的小伙伴们。“部落”能给我们带来肯定、指引、合作和鼓舞4大好处。

“部落”文化 “部落”的4大好处：肯定、指引、合作和鼓舞

做不同的尝试

找到你自己的“部落”

练习13：想象你的“部落”

09 接下来你该怎么做？

我们的天赋可能不止一种，暂时的放下并不意味永远放弃，而是为更好的选择让路。下一步的行动方向一定要听从你内心的召唤。有时，唯一的选择就是最好的选择。无论当前的状态如何，我们都还有更好的机会。

以退为进

听从内心的召唤

也许，唯一的选择就是最好的选择

可塑的人生

练习14：你的初始行动计划

练习15：给支持者的一封信

结语 让我们过有热情、有目标的生活吧！

一个伟大的生命就是一段接一段的英雄之旅。人类天生拥有无与伦比的创造优势，我们可以利用这种优势按自己的选择不断地改造生命。你需要做的，只不过是向有热情、有目标的生活迈出坚实的第一步！

译者后记

· · · · · (收起)

[发现你的天赋](#) [下载链接1](#)

## 标签

成长

心理学

自我成长

[发现你的天赋](#)

思维

心理

教育/创造力

天赋

## 评论

推荐一下自己的译作。翻译的时候发现自己很喜欢肯这个人，幽默谦逊又充满情怀。这是一本有技术含量的心灵鸡汤，喝一碗保半年正能量值！不信，看我走两步。。。

多尝试，多比较，多思考。

生活不会生来就合适，重要的是自己竭尽所能去发现和找寻，只要你愿意，年龄什么的都不是问题。

## 散

天分、热情、态度与机遇，指引了我们的生活轨迹。这本书介绍了不少能帮助读者反思自己的工具，包括思维导图、冥想、自由写作、文氏图、盖洛普优势分析等等。如果认真练习的话，相信是会有好处的。#日刷一书

大概就是发现自我，努力前行。

比较一般

呵呵，浪费时间吧

鸡汤爽口可入喉。

语言 逻辑 数字 视觉 空间 音乐 人际 内省 运动 自然 观察 |  
把热情当作提示器；评估自己的优势；找到你的小伙伴 |

幸福不是一种物质状态，而是一种心灵状态，是一种内在的愉悦感，它伴随着一种生活美好并且有价值的感受。当你找到自己的天赋，会有一种强烈的目标感，感觉到自己做的事情是有意义的。感觉自己似乎和某种力量的源泉连结上了，有源源不断的动力在推着你向自己的目标前进，不会再有那种“等我有了什么之后，我就会感到幸福的心态”，此时此刻，当下的你就能感受到，而且是持续地感受到幸福 |

生命是一个有机体，没有人能完全预测他人的生活，因为生活不是线性的，而是随机的 |

当你认为你做的事情是一份天职的时候，感觉就像打游戏，这个过程非常享受，别人还会愿意为你的过程和结果买单，那你会感觉到真正的幸福 |

没找到，别急，不要停下来

实践书

我直觉相信书中的方法是有效的，因为我已经自发地在做类似的事情了，所以没有细看。如果实在荒乱迷失，建议每天抽一二个小时看几页，按顺序做一下探索，应当有一些效果。至少能帮助你梳理一番。

道长推荐 读到一半，放弃……感觉是作者自传，不太感兴趣。

如书名。

写得蛮好的

若干年前读过一本盖洛普，差不多吧。

得到听书：

首先要确定的是发现天赋不容易，它是一个长期地不断发现、观察、自省的过程，千万不要想着省事省力，一蹴而就。第一部分，我们前面讲了天赋的八种分类，语言智能，逻辑数字智能，视觉空间智能，音乐智能，人际智能，内省智能，运动智能，自然观察智能，把擅长的那些组合起来也许能找到你的独特性。第二部分，我们讲了三种发现天赋的原则，分别是认识到自己的生命是独一无二的，我们可以创造自己的人生以及生活中充满了随机性。第三部分，我们说了发现天赋的三个步骤，分别是屏蔽干扰、变换角度、勇敢尝试，这能帮助我们找到真正的自己。第四部分，我们讲到了通过寻找热情、评估优势、寻找部落的方法来确定自己的天赋。第五部分，我们说了天赋和幸福的关系，幸福感是你衡量有没有和自己天赋链接的重要指标。

发挥自己的天赋，追寻自己的梦想，但是除了天赋，热情也很重要。

[发现你的天赋](#) [下载链接1](#)

书评

两本书自己在一周内都读过，读书的心境和环境相同，有比较的客观基础。从名气上来说，【让天赋自由】无疑响得多，这点从豆瓣上【发现你的天赋】没有足够评分也可见一瞥。从我自己的读后感上来讲，【发现你的天赋】要比前作至少好上一个档次。

【让天赋自由】虽也有逻辑主干，...

人在旅途，了解自己要比了解别人更难，如果希望此生不虚度，希望每天能满怀激情醒来和带着满足睡去，这本书就值得你一看。

读这本书的时候，精神上正处于低谷，工作了十几年之后，走在上班的路上没有太多向往和激情，感觉更多的是生活在推着我向前走，如果想要在人生的最后一刻...

人在旅途，了解自己要比了解别人更难，如果希望此生不虚度，希望每天能满怀激情醒来和带着满足睡去，这本书就值得你一看。

读这本书的时候，精神上正处于低谷，工作了十几年之后，走在上班的路上没有太多向往和激情，感觉更多的是生活在推着我向前走，如果想要在人生的最后一刻...

这本书对于职业生涯感到迷茫的人来说是本好书。

“人生莫大的快乐就是，所做的工作也是兴趣。”

纵览全书。本书开头给出了作者自己的一个故事，关于如何发现自身的天赋钻石，以及如何选择一个长在身上最值得打磨的钻石。选择让你进入“心理”状态的天赋。每个人都会在成长过程...

天赋是什么？如何发现天赋？如何运用好自己的天赋？一、天赋的分类

一个人可以有一种天分，也可以有多种天分，天分笼统地可以分为八种，也叫做人类的八种智能。1.

语言智能，能够有效地运用语言文字表达自己或者是理解他人，天生阅读、协作和沟通能力比较强。2. 逻辑数字智...

是一个难得的心灵慰藉之书。在我们传统教育中，从我们能说话有基本自理后就开始格式化学校书本教育，每天都是写不完的作业。在我的童年，更没有向现在的这么多五花八门兴趣班之类。从新认识识别自己，找到自己所长发散之。

人生说长不短，可以好好认识自己，找到所热爱所追逐的...

《发现你的天赋》| 张凯解读 关于作者

肯·罗宾逊，英国华威大学教育学领域的教授，被英国女王伊丽莎白二世封为爵士。他的演讲《学校扼杀创造力》在TED系列中点击量排名第一。关于本书这本书帮你了解天赋到底是怎么一回事，如何发现自己的天赋，以及如何运用好自己的天赋。...

《发现你的天赋》| 张凯解读 关于作者

肯·罗宾逊，英国华威大学教育学领域的教授，被英国女王伊丽莎白二世封为爵士。他的演讲《学校扼杀创造力》在 TED 系列中点击量排名第一。关于本书这本书帮你了解天赋到底是怎么一回事，如何发现自己的天赋，以及如何运用好自己的天赋。...

- 
- 1、如果你热爱某种东西，你一定会穷极一切将它做到最好！
  - 2、发现你的天赋，幸福三要素是积极情绪，投入和意义。
  - 3、职业幸福感就是是否喜欢每天所做的事情、社交幸福感就是生活中是否有固定的人际关系或恋爱关系。财富幸福感就是有效管理自己财产的情况。健康幸福感就是身体健
- ...

---

[发现你的天赋 下载链接1](#)