

像疯子一样思考 像天才一样行动



[像疯子一样思考 像天才一样行动_下载链接1](#)

著者:[英]安迪·麦克纳布, [英]凯文·达顿

出版者:重庆出版集团 北京华章同人

出版时间:2016-11

装帧:平装

isbn:9787229114602

【编辑推荐】

牛津大学心理学权威与前英国特种空军战斗英雄联手出击

让千万人认识到自己的另一面、并从中获益的智慧之书

你是否买了新衣服，做了新发型，还在公司活动日搞到了和他相邻的位子……
却最终没能把他约出来？

你是否曾经连续几个月八点之前到达公司，晚上八点以后才离开，把自己的简历填写得越来越漂亮…… 却仍然没有争取到加薪和新的工作机会？

你是否曾经花了几天、几周、甚至几个月的时间准备一份议案……
却在谈判桌上没有提出最关键的让步要求？

是时候将你从这些困境中解脱出来了！

本书拒绝鸡汤，摒弃说教。它包含以下干货：

- 来自世界最先进心理实验室的最为人追捧的科学知识。
- 有趣又有启发意义的个性测试。
- 英国军队里最出名、获颁最高荣誉的士兵所给出的特种部队生存秘籍。

也许你的目标很大，也许你有一直无法搞定的生活琐事，不管你的目标是哪一个，这本书的初衷就是帮助每个普通人在日常生活中达到自己的目标。它能够：

- 让你赚钱
- 帮你省钱
- 让你摆脱麻烦
- 甚至让你惹上麻烦
- 让你获得特别优待

除此之外，你还能学到：

- 为什么晚上八点是卖保险的最佳时间？
- 为什么冲个凉水澡可能助你得到一次晋升？
- 你身上有多少优质精神病态者的特征？

【内容简介】

凯文·达顿教授毕生研究精神疾患和心理疾病，他曾在一个研究项目中将前英国特种空军的战斗英雄安迪·麦克纳布作为研究对象，让他吃惊的是麦克纳布具有精神病患者的特质。表现出与反社会连环杀手一般的冷酷，扛压、无惧，无情等身心特质，但安迪除了少年时期曾经有段叛逆时光外，之后成为英国特种兵中的战斗英雄。

达顿教授发现，安迪属于优质精神病态者，他能够根据不同情况，很好地调控自己的各项品质的组合与量级，从而在事业中发挥出最佳状态。

在本书中，麦克纳布将自己的原始心理体验加以整理，达顿教授对之进行专业分析，他们两人合力探索出——优质精神病患者有着何种特异的思考方式？而这对身为普通人的读者又意味着什么？能给普通人什么样的启示？

这本书将以丰富的案例和科学的论证，帮你发现你从生活中到底想得到什么，如何开发并运用你身上的特质——如个人的魅力、压力下的冷静、自信及获得自信的勇气等。本书将带给你独一无二并且非常有趣的指引，让你尽可能实现个人生活和职业生涯的完满。

【媒体/名人评论】

具备优质精神病态者的人格特质，不仅可以使你的职业道路更为完满，也能够触发你对生活的热爱。

——《每日电讯报》

你具备精神病态者的性格特质吗？这本书将告诉你为什么优质精神病态者更容易获得成功。——《每日邮报》

将超级聪明的头脑和精神错乱的性格集于一身，我们就得到可能诞出高效天才的条件。

这些人虽然充分了解并能够评判自身才智，却也会受到个人想法的控制，去影响这个时代的其他人，让他们变得更好，或者更糟。

——威廉·詹姆斯，美国心理学之父

作者介绍:

凯文·达顿 (Kevin Dutton)

牛津大学玛格达伦学院进化与人类科学研究中心教授，皇家医药学会及精神病科学学会的究员。有一个不按常理出牌的老爸、一个精神病至交，潜心研究精神病30余年，主要研究领域为精神疾患、反社会人格。著有《四两拨千斤：瞬间说服的艺术》(Flipnosis: The Art of Split-Second Persuasion)、《为什么疯子比常人更容易成功》(The Wisdom of Psychopaths) 等作品。

安迪·麦克纳布 (Andy McNab)

曾在英国特种空军服役，并被军方授予杰出行动勋章和军事勋章，是英国军队中获得荣誉最多的士兵。退役之后，麦克纳布运用自己在服役期间获得的知识与经验，出版多部畅销虚构和非虚构作品，其中包括英国战争史最佳图书《战火实录》(Bravo Two Zero)，以及尼克·斯通惊悚系列小说等，同时他还著有多部儿童读物。除写作外，麦克纳布还经常在英美两国的安全和情报机构授课，也曾为好莱坞的制片公司做过顾问，为各类军事题材影片做指导工作。

译者简介:

叶塑

北京师范大学英语语言文学学士，厦门大学笔译方向硕士，现为厦门大学外文学院教师。

目录: 前言 想来我的实验室看看吗? /1	1
第一章 别害怕, 我是优质精神病态者 /1	1
第二章 好的、坏的、招人喜欢的 /15	15
精神病态者的调音台 /18	18
才能与个性 /20	20
优质精神病态者与劣质精神病态者的差别 /23	23
精英和败类 /29	29
一切皆有可能 /31	31
詹姆斯·邦德对阵戈登·盖柯 /34	34
汉尼拔·莱克特对阵德克斯特·摩根 /36	36
调节“精神病电流”的旋钮 /37	37
被晒黑的人格 /39	39
消除误解 /43	43
第三章 优质精神病宣言 /45	45
巴士站的难题 /47	47
灰色地带 /49	49
不可思议的能量 /51	51
未出世的天生杀手 /52	52
新手工具包 /54	54
自由的眩晕 /56	56
塔兰特币寓言 /58	58
战胜内心的恶魔 /62	62
学会失败 /65	65
打破模式 /67	67
每个人心中都住着一个超人 /69	69
荒谬而残酷的真相 /72	72
滚动巨石 /74	74
哲学之旅的纪念品 /76	76
七大制胜法宝 /80	80
第四章 尽管去做 /83	83
一个让人倍感压力的问题 /85	85
过一会儿再说 /87	87
三种拖延症 /91	91
大脑的基本结构 /92	92
为什么总是吃力不讨好? /95	95
带着信念纵身一跃 /97	97
五个克服拖延的实用建议 /102	102
完成它, 不求完美 /106	106
第五章 沉着、冷静, 拿下它 /113	113
司机的收入 /115	115
拿走, 还是留下 /117	117
阴暗面里的积极面 /119	119
勇者胜 /121	121
成功的六个关键 /125	125
第六章 坚持做自己 /145	145
小戏法 /147	147
这不是魔法, 是心理学 /148	148
潜意识的作用 /149	149
线条实验 /152	152
群体中的安全感 /153	153
如何套近乎? /156	156
从一致到不一致 /158	158
欺骗、思考并快乐着 /161	161

精神病态人格起源 / 163
要么领头，要么从众，要么滚开 / 166
鼠标男的故事 / 171
学会拒绝 / 174
把压力当作赞美 / 176
建立你的基本自信 / 178
第七章 做个黑带级别的超级劝服者 / 189
系好安全带 / 191
说服力的核心要素 / 192
简洁性 / 194
个人利益 / 203
失谐性 / 206
信心 / 214
同情心 / 222
来自优质精神病态者的建议 / 229
第八章 别人的诋毁？那都不是事儿！ / 235
盯准球 / 237
不屈服的反弹力 / 240
囚徒困境 / 252
还记得最初的目标吗？ / 256
培养防火能力 / 259
预防胜过抢救 / 260
火花 / 262
原材料 / 266
氧气 / 272
第九章 活在当下 / 283
刽子手悖论 / 285
毫不犹豫，立刻开始 / 288
正念 / 291
你担心的事99%不会发生 / 293
认同现在 / 295
跳，还是不跳 / 299
道德困境 / 301
关注收获，而非损失 / 303
当下是份礼物 / 309
醒来闻到咖啡香 / 310
按下复位键 / 313
别再想它 / 316
脑中的想法不等于外部现实 / 318
大目标与小胜利 / 321
正面应对 / 324
第十章 将行为与情感分离 / 329
是达顿先生叫的出租车吗？ / 331
情感治疗 / 353
关于作者 / 364
• • • • • ([收起](#))

[像疯子一样思考 像天才一样行动_下载链接1](#)

标签

心理学

思维

像疯子一样思考

成长

我想读这本书

好书，值得一读

像天才一样行动

自我管理

评论

我赌五毛，正常人是做不到的。

流畅诙谐，但过多的故事性冲抵了可执行性。

难道真是“书非借不能读”？这本是我自己买的书，读起来就觉得没什么意思？

这本书为现世闯荡提供了粗犷实用的理论和实践指南。成功人士都是优质精神病态者，他们冷酷自信无畏，有魅力有领导力，他们易冲动有说服力意志坚强，但缺乏道德感和同情心。他们表面遵守规则，内心和行动却会打破它，从不受道德宗教社会心理等方面的约束。这个世界原本没有什么可能和不可能，理论和经验更多附庸于现实，优质精神病态者敢于打破常规，不束手束脚尽管去做。在精神上更少被困难影响，“我总可以全身而出”的信念让他们认为困难不是针对个人，而且也不会一直不变。他们不会拖延，

因为不怕承担责任，把别人对自己的态度和评价不当回事，不追求完美。“不要让能力埋藏地底”，这个世界有比你能力更卓越的人，但仍需优质个性的驾驭才能把它发挥出来，将情绪和行动分离，像一个战无不胜利的军人一样坚韧无畏，唯有勇者胜！

和畅销书的口吻不对付

阅读体验十分糟糕，无关内容过多，十分啰嗦。

有些干货，有些启发，但总体上废话太多，实践技巧不多，信息密度较低。少许翻译不够恰当。

写的什么。

文字掌控能力极其可怕，很容易说清楚的事情写的碎碎糟糟，时不时跳出一个安迪墨迹几句，架构上也混乱；本来是本挺有想法的书，从另一个角度却解读“疯子”，从疯子的视角去找寻价值，和怎样做才更好，只是可惜写的真是不行。

畅销书

牛津大学心理学权威与前英国特种空军战斗英雄一致认为，运用这三点，可以有准备地迎接各种问题、任务和挑战，并且熟练地将其一个个克服。

整本书语言活泼诙谐但又不是在无聊搞笑，有值得认真思考的地方。不要拖延，不要被感情牵制，这是我看完这本书之后最深刻的体会。但，同情心泛滥，处理事情极易心软，是我一直的软肋吧。

看完，感觉超棒，要买纸质书回来再读。

-
- 1、有一定指导价值，但作为心理学家怎么能忽略沉默的证据？有偏差的个案证据如何能说明方法有效的限制性条件呢？
 - 2、精神病态者的旁边缘系统受损导致的情感障碍并非普通大众追求的状态，我们追求的应该是让理性大脑发挥更重要的作用，虽然从本书举例的活动中两者可能都有同样的结果；
 - 3、凭感觉认为~此书会得到大部分读者的喜欢，因为读这本书的读者面临的问题大多都可以用这些方法应对，或者正式读者感到自身所缺少的特质~因此从实用性的角度来讲限制性条件显得无关紧要了

疯子和天才是一个矛盾体呀~

很好的书

让脑子和身体都动起来

想读，一定很精彩！

你是否买了新衣服，做了新发型，还在公司活动日搞到了和他相邻的位子……却最终没能把他约出来？啊啊啊！这句话戳到了我的痛处！

像疯子一样思考，像天才一样行动！要思考也要行动！

[像疯子一样思考 像天才一样行动_下载链接1](#)

书评

献给《像疯子一样思考，像天才一样行动》 边江／文 Einstein: A question that sometimes drivers me hazy, am I or the others crazy?

爱因斯坦：有时候我会迷惑，是我疯了还是其他人疯了？———题记

翻开目录，《像疯子一样思考，像天才一样行动》的第二章里有一个略显...

书本身很好砍看，讲了很多生活中的盲点和误区，给人吃了脑路通般地感觉。因为找到了免费的电子书下载就没有去读原版，结果发现书里翻译的地方有不少错误。作为一名在英国居住了17年的人，我的英文词汇语法可能大不如译者，但是当地的语言用法我还是比较了解的，有些翻译的地...

一个牛津大学心理学权威教授与前英国特种空军战斗英雄联袂，会出现什么不一样的碰撞火花？这两个人合作出版了一本关于心理学的书——手中这本黄颜色封皮的心理学入门图书《像天才一样行动，像疯子一样思考》作为一本关于心理学入门的科普书，总体上来看还是中规中矩。...

“每个天才身上都有专家称之为精神病现象的特征。”
“其实，每个人身上都有创造力和病态，专家将人分为4种。”
“第一种人创造力和病态都很强烈，他们是天才。第二种人创造力和病态都平平，他们是平庸之人。第三种人病态严重但创造力有限，他们是精神病患者。...

这本书让我想起了电影《爱丽丝梦游仙境》，剧中的主角爱丽丝的父亲在她小的时候安慰她：“You are mad,bonkers,off your head,but I tell you a secret,all the best people are.”（你是疯了，但是告诉你个秘密，最优秀的人都有点疯），在后来她也将这句话说给了疯帽子听。思...

[像疯子一样思考 像天才一样行动 下载链接1](#)