

# 发现天赋的15个训练方法



[发现天赋的15个训练方法\\_下载链接1](#)

著者:[英]肯·罗宾逊

出版者:浙江人民出版社

出版时间:2017-8-30

装帧:平装

isbn:9787213081255

每个人都有自己独一无二的天赋。发现天赋的第一步，是要认清并了解自己的天赋所在。发现天赋并非无章可循，本书将通过科学有效的训练，带领读者走上自身天赋的探寻

之路！

全书精心编排六大板块，助你发现自己真正的天赋！

在作者看来，发现自身天赋需要我们挖掘自己的天分，感受自己的热情，端正自己的态度，寻找自己的“部落”，这些对于我们提升幸福感有着举足轻重的作用。

作者介绍:

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，研究方向是戏剧教育和教育剧场。

1989—2001年，任英国华威大学教育学教授；2003年，因具有杰出贡献被英国女王伊丽莎白二世封为爵士；被誉为全球最具影响力教育家。

2011年，入选“全球最具影响力50大商业思想家”排行榜。

排名第一的TED演讲人。截至2017年6月，通过TED网站观看罗宾逊《学校扼杀创造力》演讲的人次超过5 000万。创造了TED大会创立以来的最高纪录。

目录: 推荐序 做教育创新真正的引领者  
前言 从“思考人生”走向“创造人生”  
第1章 发现天赋  
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  
训练方法1冥想  
训练方法2评估“现在的你”  
训练方法3描述自己  
第2章 你擅长什么  
天资与能力  
发现自己天资的4种测试  
你有多少种选择  
换个角度试一试  
训练方法4 你擅长什么？  
第3章 如何发掘你的天赋  
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  
训练方法5：如何发现你的天资？  
训练方法6：挖掘你的天资  
第4章 你的最爱是什么  
感受热情  
身体能量和心灵能量  
忠于心灵  
积极情绪的力量

训练方法7：你喜欢什么？  
训练方法8：什么会吸引你？  
第5章 什么会让你觉得幸福  
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  
训练方法9：你幸福吗？  
训练方法10：幸福圆圈  
第6章 你的态度是什么  
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  
训练方法11：你是如何看待事物的？  
第7章 你的现在是不是你的未来  
走出去  
你的处境如何  
关一扇门，开一扇窗  
你想去哪里  
训练方法12：你现在在哪里？  
第8章 你的“部落”在哪里  
“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”  
训练方法13：想象你的“部落”  
第9章 接下来你该怎么做  
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  
训练方法14：你的初始行动计划  
训练方法 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！  
译者后记  
· · · · · (收起)

[发现天赋的15个训练方法\\_下载链接1](#)

标签

教育

自我提升

天赋

肯·罗宾逊

能力提升

管理学

生涯规划

英国

评论

在这方面，包括冥想之类书，最多的都是在说案例和效果，心法之类基本是个玄而又玄，左顾右言的东西。这个书也是告诉你发现你的天赋多重要，以及现身说法和案例说明，所谓的步骤，可执行的要么太浅显，要么就是不精准。

-----  
这些书其实都是你之前在这方面思考得越多，看完收获越多。举的例子还是挺鼓舞人的，比如Hans Zimmer如何发掘他的天赋。

-----  
确切的说，这应该是一本操作类的书，做一个一天的工作坊也不为过。  
只是读书的话，效果并不会那么好。  
读下来，比较有意义的点是，人生是非线性的，充满了偶然性，因此，生活也就充满了可能性。  
另一个引申出来的点是，长期目标不是没用，但是主要作用，可能也就是限于指导近期目标了。

-----  
值得一读的一本书，天赋不仅在于兴趣，在于能力是否擅长，更在于学习的方式。而每个人基于自己的学习风格不同，接受东西的能力也不同。正确的发现自己，发现孩子学习风格有助于合理发展其兴趣和潜能，开发天赋。  
  
-----

刚好对现阶段的我非常有帮助 配合Ken的另外一本关于天赋的书更好读哦  
…感谢湛庐的编辑姐姐当年送我的这系列书 当初没看完的竟到当下如此有意义 …

很有启发，但不知道怎样去做。

寻找让自己热爱而能投入其中的事情，确实是一件很困难的事。

一定要实操！

遵从内心，找到自己的天赋，嗯……感觉没什么新东西，我感觉我已经找到了，只差行动！人生的伟大意义，不在于知，而在于行——弗朗西斯·培根。

鸡汤类的，还是有收获的，不够系统

虽然书名有种浓浓的鸡汤味，但是毕竟是湛庐出品，内容还是很有实践意义的。在这个不确定的时代人人都想寻找自己的天赋，我们需要的是积极、努力和耐心，最重要的是坦诚面对自己。冥想和成长型思维是我们寻求路上最好的工具。

充满鸡血的一本书，可悲的是我不可能像书里所写的冒险再去发掘自己的天赋了。干一行爱一行。我喜欢的是：不想原地踏步，循规蹈矩，每天都想学习新的东西。现在做的一切至少是符合我喜欢的。反思：1.国外教育更尊重人的天赋发展，所以国外才有那么多的杰出的人才。2.学校不是学知识的地方，学校是一个机器的加工厂而已。3每个人都有自己独特的学习技能，追本溯源的形成这种能力的机制是什么呢？基因？4如果很喜欢做一件事，会感知不到时间的流逝。5我们需要的是启发我们的人，不是影响我们的人。6每个人的起点都不同，无论你的起点在哪里，它都会影响你最初前进方向，但是它并不能决定你的目的地。7.低自尊的人认为他们根本不配得到成功。

15个训练值得购买

-----  
只要你心里的念是真的，只要你心里的念是诚的，高山大海都会给你让路，那些驱赶你的人，那些容不下你的人，都会受到惩罚

-----  
像是一个大型工作坊：一边给你讲故事讲道理，一边做训练……新读者如果想“发现”自己的天赋，一定要坚持做完里面的训练，而不只是看看而已！我做完，感觉有一些眉目了，这对我来说已经收获不小了。

-----  
虽然书名有种浓浓的鸡汤味，但是毕竟是湛庐出品，内容还是很有实践意义的。在这个不确定的时代人人都想寻找自己的天赋，我们需要的是积极、努力和耐心，最重要的是坦诚面对自己。冥想和成长型思维是我们寻求路上最好的工具。

-----  
语言平实易懂，又不乏说服力，用很多人的例子，去告诉人们发现天赋、追求梦想、听从内心的召唤，可以给人带来什么意想不到的收获。书中列举了15个训练的方法，对我而言，我已经清晰的知道自己想要的方向和想要追求的未来，只是我还欠缺勇气，我需要在接下来的每一天，为自己的梦想，开始行动，放下所有的顾虑和恐惧，听从内心的召唤，前行！用我全力以赴的心，迎接幸运之神的大驾光临，愿自己孜孜不倦的努力和拥有足够的幸运！ 非常好的一本书！对湛庐文化出版的书，又多了一份信任和喜爱。

-----  
道理我都懂，看完还是不知道自己擅长和适合什么

-----  
书中有一个观点挺有共鸣：如果你觉得自己在某件事情上没有天资，就可能是因为你“遇见”它的方式不对，尤其是当你在学校里在这一方面的不佳时。某一天当你以另一个方式再次遇到这件事时，你会有不一样的感悟。

-----  
[发现天赋的15个训练方法 下载链接1](#)

## 书评

读完这本书学到的知识点：天赋属于生物遗传。最重要的一点是一个人不仅仅拥有一种天赋，一个人可以同时拥有多种天赋。天赋很重要但是拥有天赋的同时对此项天赋拥有

热情更重要。具有天赋但是没有热情，就没办法促使个人具有自我驱动力去发展此项天赋。比方说读完这本书，我知道...

-----  
这书比《让天赋自由》无论是内容精彩程度，还是翻译水准，都要差一些。我觉得首先告诉了我冥想是发现自我一个有效的方式，基于这点，我发了朋友圈居然有两个同事受益于冥想，进一步验证了可行性。其次热情或者说态度决定了很大一部分做事成功的概率。再次，循序渐进的十五个...

-----  
西方人写的这种书，往往是这么几句话。遵从自己的内心。尝试不同的事情。打破固有的思维。一件事能否成功取决于它对你有多大的意义。西方发达国家是一个开放的社会，它给每一个成员都提供了尝试并且失败的机会。只要你不是非要去做金字塔尖上的那部分人，你就不用战战兢兢...

-----  
于我而言，这本书出现的时间晚了一段时间。这是一本工具书，指导读者如何一步步发现自己的天赋（天资）。在阅读1~4章时，作者在介绍一些发现自己天赋的方法，在阅读过程中，我意识到我已经找到了自己这个阶段的方向，我需要的是制定这个阶段的应急战略，并执行。然后跳过第...

-----  
书里详细介绍了15个训练方法，帮助我们去发现自己的或者其他人的天赋所在，我们需要按着作者说的方法一步步来，好些人真的是太不了解自己了，通过这些方法也可以让自己更加了解自己，我到底擅长做什么，不擅长做什么，那些看起来不擅长的事情真的是不擅长还是被自己忽略了，还...

-----  
[发现天赋的15个训练方法\\_下载链接1](#)