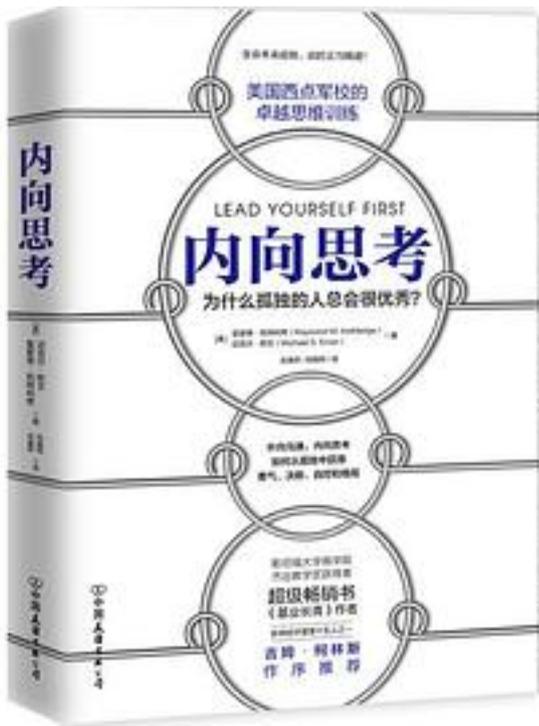


内向思考



[内向思考 下载链接1](#)

著者:雷蒙德·卡特利奇 (Raymond M. Kethledge)

出版者:江苏凤凰文艺出版社

出版时间:2019-7

装帧:平装

isbn:9787505747388

独处是一种心境，一个可以心无旁骛地内向思考的空间，一种将头脑和灵魂结合在清晰的信念当中的力量。然而随着手持设备等媒介的普及，让我们被爆炸的信息和他人的想法占据，我们完全没有意识到，我们正渐渐失去独处的时刻。

运用独处，忍受孤独，内向思考，是每一位追求卓越者都须面临的课题，而内向思考所带来的自我空间和时间，将使你思维沉淀，更具创意和爆发力。

雷蒙德·凯特利奇和迈克尔·欧文用历史故事和深度分析，向我们解释了独处怎样提高逻辑思维，激发创造力，掌控情绪，以及产生克服困难和负面影响的勇气。《内向思考

》让我们重新正视独处，以及独处能带给我们实际的技能和认知的提升。

作者介绍:

迈克尔·欧文 (Michael S. Erwin)，毕业于西点军校，担任西点军校领导与心理学教授。他是品格与领导中心 (Character & Leadership Center) 的总裁和积极计划组织 (The Positivity Project) 的领导人，也是美国退伍军人民间组织 (Team Red, White & Blue) 的创办人。迈克尔曾在阿富汗和伊拉克服役，现在依然担任陆军后备役部队的少校。

雷蒙德·凯特利奇 (Raymond M. Kethledge)，美国联邦第六巡回上诉法院的法官，曾任安东尼·肯尼迪大法官的助理。雷蒙德拥有密西根大学的历史学士学位和法律博士学位，并在该校执教。

目录: 目录

第一部分

孤独时我们可以得到什么

第一章 清晰思路

第二章 逻辑分析

第三章 直觉判断

第二部分

发现更多的可能

第四章 关注自己的内心

第五章 直觉和逻辑思维可以激发创造力

第三部分

如何成为一个好的领导者

第六章 保持情绪平衡

第七章 接受真实的自己

第八章 内心平静

第九章 容人之量

第四部分

从优秀到伟大

第十章 被反对的勇气

第十一章 克服一切阻碍的力量

第十二章 永远不会孤单

• • • • • [\(收起\)](#)

[内向思考 下载链接1](#)

标签

心理学

思考

社会学

社会

2019年阅读

领导者

生活

好书，值得一读

评论

恰好被分享了这本书的电子版，竟然成就了豆瓣第一个短评。一本很美式的书，旨在通过内向思考培养领导力，太达尔文主义了。因为作者西点军校出身的背景，书中的例子也多和军事有关，最远可追溯到南北战争时期，读才实在没有代入感。1.其实选择独处、享受孤独对普通人来说也很有意义，独自思考无论何时对何者而言都颇具意义：自律能让人不受侵扰，即使退出喧嚣、完完全全远离世俗的窥探在今天这个时代实在离经叛道，需要远超常人的道德勇气；增强意识，明白我们身处信息洪流之中内心确实了什么。2.在《故事经济学》里区分了自我意识和他者意识，而相对自知之明来说，自我意识“作为一种外向的思维，会导致装腔作势，让我们以别人的看法来做出决定。”3.独处有利于提升创造力，因为“创造性的一大特点是敢于跳出传统观念对自己目标的束缚。”

清晰的思路，逻辑思维，直觉判断，创造力，掌控情绪，自我认知，容人之量，被反对的勇气....要获得真正的感悟，首先要终止内心的嘈杂。

第一章几乎每一页上都出现了艾森豪威尔名字的时候，基本上觉得这本书是直男写作法典范。

P209 总结部分可以学习一下。

每个人都要学会独处。这只是伟人独处成就的故事集

议论文成书

关于领导力，是让他人心甘情愿完成你想让他们完成的事的艺术。
养育，是领导力最古老的形式。～ 受教

像高中生作文似的，还不是优秀高中生作文，没营养的话翻来覆去说，这本书买的真失败

本书的重点就是在论证“独处的重要性”。列举了许多军队领导者、企业家等领导人物的事例，从“独处”的各个方面，论述“独处”。还是不错的书。

引言，第一章，最后总结，目录值得读。中间太多举例子了，作者可能对很多名人，尤其是战争系列做过了解。但是过多的例子都是点题而言。整本书其实在强调深刻思考的重要性，深刻思考可以在独处时过得，从而延伸到一个优秀的领导者需要如何具备这个能力。
首先我得明确我的目标，思路要清晰，信念要坚持。而保持的方法则来源于独处时光。

很一般。没什么内容。举的例子很多太过牵强，还有就是这些例子是真的还是经过作者的改编？

纵然孤独有千般万般好，但试图通过列举几个典型案例来说明孤独的人总是很优秀太缺乏说服力了。

例子过多，论点反反复复，缺少新意

本书更多讲述的是，独处所给我们带来的“力量”和“作用”。不断论证，独处并不是“孤独”，而是可以给予自己更多思考的时间和倾听自己的内心。可以把这本书当作长篇论文来看。

这是一本讲领导力的书，讲真，畅销书，只能打6分。
这本书主要讲述独处的力量，人要学会从喧闹、忙碌之中抽身出来，进行独处，可以是跑步、爬山，可以是冥想、写作，通过独处保持内心的平和宁静，保持清晰思路，具备逻辑分析能力与直觉判断。
独处能够发现更多可能，激发创造力；还能够保持情绪平衡，接受真实的自己；拥有被反对的勇气，增强信念与认知，克服一切阻碍的力量。
对于我们所处的碎片化时代，这一观点十分具有借鉴意义。

遇到问题或者工作很忙的时候，给自己独处思考的时间。2019年8月31日读完。

全文照应了小标题，用许多种小故事展现出独处的种种好处。但是我不想在看鸡汤了

[内向思考_下载链接1](#)

书评

如果你是一个喜欢通过独处来思考和充电的人，那在生活中，可能会经常听到这样的“灵魂拷问”。曾经听过这样一个故事：
在华盛顿州的西雅图，有个长着一头金发的7岁男孩，平日里最喜欢反反复复翻阅那套几乎有他三分之一体重的《世界图书百科全书》，逐字逐句地看，一坐就是...

看了一下作者的简介，就明白了为什么书中关于战争，士兵，将军的例子这么多，作者是西点军校的教授，内容不错，不过就是例子有点赘述。
独处是个奢侈的事情，好多人在卫生间里待好久，还有的人下班后把车开到自己楼下车库后不肯上楼，也是珍惜一点点的独处时光。不管是内向的人...

很有幸在本书出版仅仅两个多月的时间，能够读到此书。

《内向思考》给我最大的启发当然就是作者大篇幅阐述的独处给我们带来的诸多好处。不管身处什么样的地位和人生阶段，都需要为自己创造一个独立的空间来进行深度思考，不管思考围绕的话题是什么，关于人生还是工作，只要注意...

[内向思考_下载链接1](#)