

《勇气》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2013年09月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787508640983

编辑推荐

为什么护身符具有某种魔力？
为什么见义勇为的人越来越少？
为什么人们会患有各类恐惧症？
为什么你总觉得自己缺乏足够的勇气？
如何克服内在的恐惧？
如何成为生活中真正的勇者？

关于勇气的一切答案，就在这本书中。

科学研究证实了我们一直以来都心存怀疑的问题：只有勇敢追求目标的人才能够获得更大的成功与快乐。

很多人都认为勇气“与生俱来，不可强求”，但这本关于勇气的新书令人醍醐灌顶——其实，绝大多数人并没有充分意识到自己所具有的勇气，而且勇气是可以在后天习得的。

《勇气》的作者罗伯特·比斯瓦斯-迪纳是一位世界知名的心理学家，因其超乎寻常的勇气被誉为“积极心理学界的印第安纳·琼斯”。基于他创新性的研究以及遍布世界范围的调查访问，他在书中提出了“勇气商”的概念，同时告诉读者：拥有勇气的关键就在于有效控制恐惧，增强行动意愿，提高“勇气商”，从而拥有幸福成功的人生。

内容简介

科学研究证实了我们大多数人一直以来都心存怀疑的问题：只有勇敢追求目标的人才能够获得更大的成功与快乐。大部分人认为勇气“与生俱来，不可强求”。但作者罗伯特·比斯瓦斯-迪纳博士的这本新书令人醍醐灌顶——其实大多数人并没有充分意识到自己具有的勇气，而且勇气是可以后天习得的。

凭借着创新性研究以及遍布世界范围的调查、访问，作者认为，勇气更多来自于控制恐惧，每一个人在日常生活中都会展现出某种勇气；而提高“勇气商”的关键就在于有效

控制恐惧、增强行动意愿。本书以独特引人的视角分析了世界各国及各种文化对于勇气的不同观点，并提出了“勇气盲”及“个人勇气”等概念，着眼分析了奇幻思维以及失败对于勇气的重要意义。读者将通过本书，寻找到在个人生活及公众领域愉激发勇气的新途径。

作者简介

【美】罗伯特·比斯瓦斯-迪纳(Robert Biswas-Diener)
他是积极心理学界的学术权威，被誉为“积极心理学界的印第安纳·琼斯”。为了进行相关研究，他的足迹遍布全球各地。现任积极橡果公司（www.positiveacorn.com）常务董事。其作品已在《时代周刊》、《新闻周刊》、《VOGUE》、《读者文摘》等多种杂志期刊上刊载。

目录

推荐序 ix

前言 xi

第一部分 勇气速成课

第1章 勇气速成班

勇气到底是什么？

勇气商：行动意愿与恐惧之间的较量

在学习中提升勇气

令人大开眼界的各类勇气调查

我们不是“勇气盲”

第2章 测量勇气

探索勇气与恐惧的关系

3种文化背景下的勇气

第二部分 控制恐惧，提升勇气

第3章 平衡你的情绪跷跷板

[显示全部信息](#)

媒体评论

探寻是人类的共有基因，而每一次突破都必须具备勇气与坚持，这二者都可以用看的见摸的着的行动来诠释。如果能够克服恐惧，勇敢迈出第一步，那么在坚持中我们会发现自己蕴含的潜能将远远超乎想象。

——王静

北京探路者户外用品股份有限公司联合创始人、董事

[显示全部信息](#)

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

[更多资源请访问www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)