

ПСИХОЛОГИЯ УСПЕХА: 5 ФАКТОВ ОБ УСПЕШНОМ МЫШЛЕНИИ.

Как вы думаете, почему одни люди хотят развиваться, а другие предпочитают постоянно находиться в рамках зоны комфорта?

Откуда берутся рамки, которые не позволяют некоторым людям расти и развиваться?

Можно ли считать талант или знания гарантией успеха в жизни?

Сегодня я расскажу вам о книге, о которой узнал совсем недавно. Эта книга придаст ясности к пониманию того, почему одни люди успешные, а другие — нет.

В английском варианте книга называется «Mindset: The New Psychology of Success» by Carol Dweck. На русский язык она переведена как «Гибкое сознание. Новый взгляд на психологию развития взрослых и детей», а ее автор — известный психолог Кэрол Дуэк.

В ЧЕМ ЗАКЛЮЧАЕТСЯ ПСИХОЛОГИЯ УСПЕХА

В основе книги лежит концепция, открытая Кэрол Дуэк в результате 20 лет собственных наблюдений за поведением людей. Кэрол выяснила, что существуют два типа мышления:

Фиксированное, или, как я бы его назвал, рамочное/рельсовое мышление;

гибкое мышление, или мышление развития.

Люди с фиксированным мышлением не хотят развиваться. Они склонны к тому, чтобы принимать все как есть. Такие люди верят, что они изначально талантливы, умны и тратят время, чтобы доказать это. Также они считают, что интеллект и талант уже являются залогом успеха. Но они ошибаются.



Люди с гибким мышлением непрерывно растут и развиваются. Они верят, что личные качества можно развить и тренировать. А знания и талант они рассматривают как стартовую точку для последующих достижений.

Эти два типа людей совершенно по-разному воспринимают и реагируют на такие события как жизненные вызовы, препятствия на пути, прилагаемые усилия, критику и успех других людей. Отношение к этим ситуациям и определяет: будет человек деградировать или развиваться.

5 КРИТИЧЕСКИХ РАЗЛИЧИЙ В ОБРАЗЕ МЫШЛЕНИЯ

- 1. Жизненные вызовы
Исходя из своих наблюдений, Кэрол Дуэк поняла, что люди с рамочным типом мышления предпочитают вызовов в жизни избегать. Люди с гибким мышлением и склонным к развитию откликаются на вызовы и идут навстречу им.
- 2. Препятствия на пути
При столкновении с препятствием люди с рамочным мышлением защищаются или очень быстро сдаются. Люди с гибким мышлением, наткнувшись на препятствие, упорно продолжают движение.
- 3. Прилагаемые усилия
Люди с рамочным мышлением склонны считать, что усилия бесполезны и нет необходимости дополнительно трудиться. Те же, кто обладает гибким мышлением, утверждает, что усилия — это путь к мастерству.
- 4. Критика
Критика - это полезная обратная связь. Но люди с рамочным мышлением игнорируют эту обратную связь и закрываются от нее. Люди с мышлением развития, слушая критику, учатся, даже если критика - это больно. Они понимают, что если больно - значит, там есть зона роста. Критика для них - это вызов, который они принимают и берутся за работу над собой.
- 5. Успех других людей

Люди с фиксированным мышлением в успехах других чувствуют угрозу для себя, своей карьеры, своего будущего.

Гибко мыслящие люди воспринимают успехи других как уроки и вдохновение, они радуются им.

КАК ПЕРЕСТАТЬ ДЕГРАДИРОВАТЬ И НАЧАТЬ РАЗВИВАТЬСЯ

Запомните: талант, знания - это не гарантия успеха. А, напротив, они могут встать на его пути.

Человек в какой-то момент, даже чего-то в жизни достигнув, может загнать себя в рамки.

Всякий раз, когда вы расслабляетесь и поживаете на лаврах, прекращаете обучаться и останавливаетесь в своем развитии, вы загоняете себя в рамочное мышление. Поэтому важно совершенствоваться ежедневно. Учитесь каждый день!

Достигнув определенного успеха, большинство людей пытаются встать на рельсы постоянного успеха. Но этого не происходит, а неизбежно начинается деградация. Я уже несколько раз сталкивался с этим. И я понял, что промежуточного пути нет. Есть либо рост и развитие, либо падение и деградация.

Кэрл Дуэк утверждает, что люди с рамочным мышлением раньше, чем это нужно, останавливаются в развитии и не раскрывают собственный потенциал. Люди с гибким мышлением непрерывно работают над собой и достигают все больших и больших результатов. Именно эти люди создают Шедевр Собственной Жизни.

Подумайте, кто вы: человек с гибким типом мышления или представитель мышления рамочного, фиксированного?

Все мы стремимся принадлежать к той части людей, которая обладает гибким мышлением. Но в некоторых моментах жизни наше мышление может становится рамочным. Наша задача поскорее от него избавиться и снова мыслить гибко!

Мне очень интересно, что вы по этому поводу думаете. Понравилась статья?

Поставьте лайк, прокомментируйте и перешлите ссылку на эту статью всем своим друзьям.

