Отзывы о книге

«Это крайне важная книга. Сотни лет люди верили в миф о врожденном таланте. Ангела Дакворт меняет наше представление о том, как человек достигает вершин успеха. И мы ей безмерно благодарны».

Дейвид Шенк, автор книги «Каждый из нас – гений: Новый взгляд на генетику, талант и IQ»

«Впечатляющая книга. Автор утверждает, что вершины покоряются не обязательно одаренному от природы человеку, а тому, кто не сдается, кто готов переносить трудности, пережидать непогоду и совершать попытку за попыткой».

Эд Вистурс, семикратный покоритель Эвереста и автор книги «На вершину нет короткого пути»

«Мастерски написанная книга... Она убедительно доказывает, что успех приходит лишь к тем, кто посвящает себя начинаниям, несущим радость и чувство смысла».

Арианна Хаффингтон, автор книги «Процветать»

«Очень легко читается и очень убедительно написано. Изложенные в книге идеи могут изменить систему образования, управления и жизнь всех читателей. Эта книга – это вклад в национальное достояние».

Лоренс Саммерс, бывший министр финансов США, почетный президент Гарвардского университета

«Потрясающе... Ангела Дакворт проанализировала исследования психологов за несколько десятков лет, включила в книгу вдохновляющие истории успеха известных бизнесменов и спортсменов. Соединив все это со своим личным опытом, она создала набор стратегий, которые помогут вам и вашим детям увеличить мотивацию, страстно относиться к своим занятиям и быть более последовательным на работе и в школе».

Пол Таф, автор книги «Как дети добиваются успеха»

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

«Глубокое и занимательное исследование корней и предпосылок успеха. Автор рассматривает широко распространенные заблуждения и психологию стереотипов, заставляющих нас поднимать планку и вкалывать еще сильнее... Теорию автора лучше всего доказывает ее собственная история, проходящая красной нитью по всему тексту. Мы видим, как сочетание страсти и настойчивости создают твердость характера».

Тори Берч, дизайнер и председатель компании Tory Burch

«Это очень важная книга... Ведущий специалист по исследованию твердости, силы характера написала книгу для широкой аудитории. Используя афоризмы и занятные истории, она показала, как мы и наши дети можем применять ее открытия на практике».

Роберт Путман, профессор в вопросах государственной политики Гарвардского университета и автор книг «Боулинг в одиночестве» и «Наши дети»

«Вдохновляющая книга... Весьма любопытная идея Ангелы Дакворт, что совершенно обычные люди благодаря самоконтролю и настойчивости могут достичь таких же высоких результатов, как и одаренные от природы. Дакворт считает, что наш психологический настрой не менее важен, чем природные задатки».

Соледад О'Брайен, председатель Starfish Media Group и бывший ведущий передачи American Morning на канале CNN

«Бесценно... В наши дни мы имеем практически неограниченный доступ к знаниям и информации, и автор книги описывает ключевые черты тех, кто способен извлечь пользу из этого. Эта книга вдохновляет читателей и настоятельно советует приложить все силы к тому делу, к которому лежит душа».

Сал Хан, создатель Академии Хана

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

«Обожаю книги, оспаривающие общепринятые стереотипы. Эта книга – одна из них. Забудьте все, что вы знали об успехе и конкуренции с более талантливыми людьми, чем вы. Побеждает не самый умный, а тот, кто продолжает заниматься своим делом и не останавливается перед трудностями».

Саймон Сайнек, автор книг «Начните с вопроса – почему» и «Руководители едят последними»

«Очень важная книга... Твердость характера рождается из любви и понимания своей цели. Это – безграничная страсть, сравнимая с острием бритвы, и вместе с тем хладнокровие и терпение. Ангела Дакворт создала шедевр, описав все перечисленные черты в подробностях, каких я не встречал ни у одного другого автора».

Джошуа Вайцкин, шахматист мирового уровня, мастер Тайцзицюань и автор книги «Искусство познания»

«Идеальное сочетание серьезных научных изысканий, убедительных и к месту рассказанных историй, прекрасной и понятной прозы и примеров из личного опыта... Вне всякого сомнения, это – самая информативная и любопытная книга из тех, что мне довелось прочитать за последний год».

Соня Любомирски, профессор Калифорнийского университета в Риверсайде и автор книги «Как быть счастливым»

«Эта книга попадает прямо в подкорку, то есть именно туда, куда надо... Книга бесценна для преподавателей, желающих, чтобы их ученики добились успеха».

Джоэл Кляйн, бывший руководитель государственных школ Нью-Йорка

«Автор книги дает то, что обещает! Дакворт делится историями, рассказывает о научных исследованиях, а также о позитивности, лежащей в основе любого успеха. Обязательно для прочтения».

Барбара Фредриксон, автор книг «Позитивность» и «Любовь 2.0», президент Международной ассоциации позитивной психологии

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

ЧТО ВЫ УЗНАЕТЕ ИЗ ЭТОЙ КНИГИ

Как связаны талант и достижение успеха — *Глава 1*

Какие качества есть у всех успешных людей — *Глава 1 и Глава 2*

Почему упорство чаще оказывается важнее таланта — *Глава 2 и Глава 3*

Почему талант выглядит привлекательнее, чем упорство, и чем грозит такой подход — *Глава 3*

Почему отсутствие таланта иногда позволяет стать более успешным, чем его наличие — *Глава 3*

Как люди со средними способностями становятся суперуспешными — *Глава 3*

Как оценить свое упорство: тест — *Глава* 4

Почему недостаточно просто ставить себе цели и зачем нужна жизненная философия — *Глава 4*

Какой совет вам может дать миллиардер Уоррен Баффет — *Глава 4*

Насколько важен высокий интеллект для достижения успеха: исследование величайших людей планеты — *Глава 4*

Откуда берется упорство — среда или наследственность — *Глава 5 и Глава 9*

Что такое созревание личности и как нам помогает в этом жизнь — *Глава 5*

Каковы четыре основных качества упорных людей — *Глава 5*

Как выбрать будущую профессию: советы успешных людей — *Глава 6 и Глава 7 и Глава 8*

Как найти свою страсть — *Глава 6 и Глава 8*

Как обрести мастерство — *Глава 7*

Как получать удовольствие от работы: поток — *Глава 7*

Что такое осознанная практика — *Глава 7*

Какая общая цель есть у всех успешных и упорных людей — *Глава 8*

Что такое призвание и как его найти — *Глава 8*

Кто упорнее — оптимисты или пессимисты — *Глава 9*

Как сформировать внутреннюю установку на рост у вашего ребенка — *Глава 9, Глава 10 и Глава 11*

Как стать оптимистом — *Глава 9*

Какой метод воспитания эффективнее для будущего успеха — строгий или либеральный — *Глава 10*

Что дают детям внеклассные занятия — *Глава 11*

Как научиться упорству и трудолюбию — *Глава 11 и Глава 12*

Как сообщество влияет на упорство и успешность личности — *Глава 12*

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

АНГЕЛА ДАКВОРТ

ТВЕРДОСТЬ ХАРАКТЕРА

КАК РАЗВИТЬ В СЕБЕ

ГЛАВНОЕ КАЧЕСТВО

УСПЕШНЫХ ЛЮДЕЙ

Москва
2017

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

УДК 159.923.3
ББК 88.37
Д14

Angela L. Duckworth
GRIT
©2016 by Angela Duckworth
This edition published by arrangement with InkWell Management LLC
and Synopsis Literary Agency

Дакворт, Ангела.

Д14 Твердость характера. Как развить в себе главное качество успешных людей / Ангела Дакворт ; [пер. с англ. А. Андреева]. — Москва : Издательство «Э», 2017. — 352 с. — (Книги-драйверы).

ISBN 978-5-699-97369-9

Кто из первоклассников закончит школу с золотой медалью? Кто из юных скрипачей станет выдающимся музыкантом? Кто из принятых на работу менеджеров по продажам будет заключать многомиллионные сделки? Ангела Дакворт считает, что может почти со стопроцентной точностью ответить на эти вопросы. Она утверждает: успех человека имеет мало общего с талантом и врожденными способностями. Реальные достижения определяются совсем другими качествами. И ей сложно не верить. Все детство она слышала от отца: «Нет, ты у нас точно не гений», а в 35 лет получила премию Марк-Артура, которая во всем мире равноценна официальному признанию гениальности того, кому она вручается.

Эта книга способна ответить на вопросы:

- Какое качество определяет выдающиеся достижения?
- Насколько это качество развито у вас или у вашего ребенка?
- Как развить его до максимума?
- Как найти свое призвание?
- Что лучше для жизненного успеха ребенка – теплая поддержка или жесткая дисциплина?

УДК 159.923.3
ББК 88.37

ISBN 978-5-699-97369-9

© Алексей Андреев, перевод на русский язык, 2017
© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2017

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Посвящается Джейсону

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ **11**

ЧАСТЬ I. ЧТО ТАКОЕ ТВЕРДОСТЬ ХАРАКТЕРА И ПОЧЕМУ ОНА СТОЛЬ ВАЖНА **15**

ГЛАВА 1. ГЛАВНОЕ – НЕ СДАВАТЬСЯ 17

ГЛАВА 2. УВЛЕЧЕНИЕ ТАЛАНТОМ 30

ГЛАВА 3. УСИЛИЯ ЗАСЧИТЫВАЮТСЯ ДВАЖДЫ 51

ГЛАВА 4. А НАСКОЛЬКО УПОРНЫ ВЫ? 68

ГЛАВА 5. БОЛЬШЕ УПОРСТВА 93

ЧАСТЬ II. КАК ОБРЕСТИ УПОРСТВО **107**

ГЛАВА 6. ИНТЕРЕС 109

ГЛАВА 7. ПРАКТИКА 131

ГЛАВА 8. ЦЕЛЬ И ПРИЗВАНИЕ 156

ГЛАВА 9. НАДЕЖДА 180

ЧАСТЬ III. РАЗВИТЕ УПОРСТВА: ВНЕШНИЕ ФАКТОРЫ **207**

ГЛАВА 10. РАЗВИТИЕ УПОРСТВА У РЕБЕНКА 209

ГЛАВА 11. ИГРОВОЕ ПОЛЕ УПОРСТВА 234

ГЛАВА 12. КУЛЬТУРА УПОРСТВА 254

ГЛАВА 13. ЗАКЛЮЧЕНИЕ 280

БЛАГОДАРНОСТИ **289**

РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА **293**

ПРИМЕЧАНИЯ **296**

ОБ АВТОРЕ **352**

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

ПРЕДИСЛОВИЕ

Когда я была маленькой, мне часто приходилось слышать слово «гений». Это слово всегда произносил мой отец. Он нередко к месту и не к месту повторял: «Нет, ты у нас точно не гений!» Это заявление могло прозвучать во время обеда, в рекламную паузу между частями сериала или после того, как отец плюхнулся на диван с газетой в руках.

Я даже и не помню, что отвечала ему на это замечание. Может быть, делала вид, что не слышу его слов.

Мой отец вообще любил поговорить о гениях и таланте, а также о том, кто наделен талантом и в какой мере. Его очень волновал вопрос, насколько умен он сам. И его очень заботило, насколько умны и талантливы члены его семьи.

Я была не единственным домочадцем, лишенным таланта. Талантом не были наделены ни мой брат, ни моя сестра. И такое положение дел отца крайне расстраивало. Он переживал, что ждет его малоодаренных детей в будущем и чего они смогут достичь.

Два года назад мне присудили грант Мак-Артура[1]. Дело в том, что никто никогда не подает документы на получение этого гранта. Никто

---

[1] Грант Марк-Артура — награда, которая ежегодно предоставляется фондом Джона и Кэтрин Мак-Артур обычно от 20 до 40 гражданам или резидентам США, «демонстрирующим исключительные достижения и потенциал для долгой и плодотворной творческой работы». Эту стипендию иногда называют «грантом для гениев». В настоящее время сумма гранта составляет 500 тысяч долларов, которые выплачиваются поквартально в течение пяти лет. — *Здесь и далее: прим. ред.*

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

никогда не просит своих коллег или друзей подать документы, чтобы тебе присудили эту стипендию. Собирается комитет светил в той или иной области науки, состав которого никому не известен, и решает, что кто-то делает важное дело и его работу необходимо отметить.

Когда мне неожиданно позвонили и сообщили, что мне присудили этот престижный грант, я была удивлена и очень благодарна. Потом я вспомнила отца и его оценку моего умственного потенциала. На самом деле отец был совершенно прав — я получила стипендию отнюдь не благодаря тому, что оказалась умнее моих коллег-психологов. Можно сказать, у отца был правильный ответ («Нет, она не гений»), но на неверно поставленный вопрос («Должна ли она быть гением?»).

Получивших грант извещают за месяц до официального объявления имен номинантов. Мне сказали, что я не должна никому, кроме мужа, говорить об этом. Целый месяц я размышляла, в какой странной ситуации оказалась. Мне многократно повторяли, что я не гений, но в конце концов я получила стипендию, подтверждающую мои таланты. Более того, эту стипендию я получила за свою работу, доказав, что успех зависит не от врожденного дара, а от нашей страсти и упорства в деле.

В день, когда объявили имена номинантов стипендии Мак-Артура, я зашла в дом родителей. Мать и отец уже знали, что я получила престижный грант, им постоянно звонили с поздравлениями мои тети и другие многочисленные родственники. Когда шквал звонков поутих, отец повернулся ко мне и сказал:

— Я тобой горжусь.

Конечно, я многое могла бы ему ответить, но ограничилась фразой:

— Спасибо, папа.

Однако в тот момент мне очень хотелось вернуться во времена моего детства и сказать ему то, что я знаю сейчас. Я бы могла ответить отцу:

— Папа, ты говоришь, что я не гений. Я не буду с этим спорить. Есть много людей гораздо умнее меня. Но я вырасту и буду любить свою работу столь же сильно, как ты любишь свою. И у меня будет не просто работа, у меня будет *призвание*. Каждый день я буду выкладываться на работе. Если у меня что-то не будет получаться, я не сдамся,

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

а преодолею все трудности. Я не самый умный человек, но зато я буду самой упорной.

И потом я добавила бы вот что:

— В конце концов, папа, упорство может оказаться не менее важным и ценным, чем талант.

Сейчас у меня есть научные доказательства этому. Более того, я уверена в том, что упорство можно развивать, и знаю, как именно это делать. В этой книге вы найдете все, что я поняла об упорстве.

Когда я дописала книгу, я пришла в дом родителей и прочитала отцу весь текст. К тому времени он уже почти десять лет страдал от болезни Паркинсона, поэтому, если честно, я не уверена, что он все понял. Тем не менее отец внимательно слушал и посмотрел на меня, когда я закончила чтение. Мне показалось, что он смотрел на меня целую вечность и потом улыбнулся.

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Часть I

ЧТО ТАКОЕ ТВЕРДОСТЬ ХАРАКТЕРА И ПОЧЕМУ ОНА СТОЛЬ ВАЖНА

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>