

# 《终身成长》——拥有成长型思维

拆书家：张力珩

## 一、 背景介绍：

伴随着企业的发展，人力部门每年都会对人才进行纳新提优。但为什么工作一段时间后，业务部门总觉得员工能力不足而怨声载道？仅有专业技能或动力也许能让员工取得暂时的成功，但无法帮助他们尽可能维持成功。而巅峰状态的维持需要一种健康、积极、不断进取的思维模式，一种不推崇智商或成功本身而将关注点投放在持续不断的努力、不畏挫折的态度上的长期的思考方法。本场拆书课将通过“升级四步”将固定型思维转变为成长型思维助推员工打破原有认知的“不可能”，自发进取。

## 二、 图书介绍：

作者卡罗尔·德韦克博士人格心理学、社会心理学和发展心理学领域内公认的杰出学者之一。她表明我们获得的成功并不是能力和天赋决定的，更受到我们在追求目标的过程中展现的思维模式的影响。并通过两种思维模式:固定型与成长型，体现应对成功与失败、成绩与挑战时的两种基本心态。能力能否通过努力改变？书中通过大量真实的对比案例说明，只有用正确的思维模式看待问题，才能更好地达成人生和职业目标。

## 三、 课程收益：

- 区分固定性思维与成长型思维
- 识别固定性思维的 9 种陷阱
- 使用四步法进行成长型思维训练

## 四、 课程对象：

新员工、管培生及高潜人员

## 五、 课程时长：

标准版课程 6 小时（精简版 3 小时）

## 六、 课程形式：

小组落座、高频互动、行动演绎

## 七、 课程内容：

### **第一部分：拆书法介绍**

- ◇ 课程游戏导入-划分学习小组
  - ◇ 介绍拆书法背景引发学习者兴趣
- 知识导向 VS 自我导向的学习差异

### **第二部分：《终身成长》精拆**

#### **片段 1【两种思维模式】思维模式的定义**

- ◇ 固定型思维模式，通常遇事后的想法  
(小调查：糟糕的一天)
- ◇ 成长型思维模式，不同视角看待问题  
(互动测试：6 种行为模式对照)
- ◇ 两种模式的行为区别导致不同结果  
(个人行为观察/小组案例分析)

#### **片段 2【塑造成成长型思维】接受与观察**

- ◇ 项目体验：挑战棉花糖  
(小组通过在项目中的表现进行行为描述做到“观察”)
- ◇ 脑神经学认知理解并接受固定型思维
- ◇ 案例对比：任何人都会犯错——鲍威尔 pk 纳德拉
- ◇ 案例分解：韦尔奇的固定型思维
- ◇ 自我探索容易陷入的固定型思维（人格测评）

#### **片段 3【塑造成成长型思维】固定型人格命名**

- ◇ 给固定型人格命名的三重定一  
(重细节/重精准/重刺痛)
- ◇ “起名”PK 赛，最具代入感的名字  
(小组将各自命名介绍展示后进行投票)

#### 片段 4【塑造成长型思维】教育固定型人格

- ◇ “角色四问”明确目标
- ◇ 指引未来执行动作分解
- ◇ 成长型思维四步法  
(接受/观察/命名/教育)
- ◇ 3\*3 成长型思维实操练习——突破对困难工作的原有认知  
(本环节分为提问者/思考者/观察者三个角色，利用“角色卡及引导画布”从引导者-受用者-反馈者不同视角进行成长型思维四步法的刻意练习)

#### **第三部分：《终身成长》课后作业**

- ◇ 回顾课程内容与相关知识点
- ◇ 留作业——巩固实际工作场景应用