

<<象与骑象人>>

图书基本信息

书名：<<象与骑象人>>

13位ISBN编号：9789868271128

10位ISBN编号：9868271126

出版时间：2007

出版时间：英屬蓋曼群島商網路與書股份

作者：Haidt, Jonathan

版权说明：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：<http://www.tushu007.com>

<<象与骑象人>>

内容概要

我們的心，像是一頭放任的大象。

我們的智，像是一個希望具備掌控能力的騎象者。

心智往意見相左，各行其事，結果離開快樂越來越遠。

如何引導大象與騎象者以協調的步伐走上快樂之道？

過去人類歷史沉澱下來的古老智慧，告訴我們許多快樂的指南針，
現在尖端科學研究出快樂的方程式，則是 $H = S + C + V$ 。

Happiness（快樂）= Setpoint（快樂起始點）+ Condition（生活條件）+ Voluntary activities（自發性活動）

只要懂得善用老智慧及新科學、掌握自己的潛能與限制，
就能實現快樂，過一個充滿智慧的人生。

<<象与骑象人>>

作者简介

強納森·海德特 (Jonathan Haidt)

是美國維吉尼亞大學心理學系的副教授，他在心理學上的泛文化研究是以情緒為基礎的道德判斷理論，包括自由主義和保守主義的文化研究。

自1999年，他活躍參與正向心理學相關的活動，並因而在2001年獲得「譚普頓正向心理學獎」(Templeton Prize in Positive Psychology)。

海德特是Flourishing: Positive Psychology and the Life Well-lived一書的其中一位編輯。

<<象与骑象人>>

版权说明

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:<http://www.tushu007.com>