



READTREPNEUR  
WORLD'S BEST BOOK SUMMARIES



RESUMEN DE



**MENTALIDAD**

**LA NUEVA PSICOLOGÍA DEL ÉXITO**

---

**READTREPNEUR PUBLISHING**

Varios autores

# **Resumen De Mentalidad**

«Tektime S.r.l.s.»

## Varios autores

Resumen De Mentalidad / Varios autores — «Tektime S.r.l.s.»,

ISBN 978-8-83-540298-5

La mentalidad: La nueva psicología del éxito por Carol S. Dweck - Readtrepreneur (Descargo: Este NO es el libro original, sino un resumen no oficial.) Si crees que tus logros son limitados, lo más probable es que lo sean. Para poder alcanzar tu potencial, debes aprender a hacer crecer tu mentalidad. La mentalidad te ayudará a descubrir el poder de las creencias de la gente y las formas en que podrías usarlas para tu beneficio. (Nota: Este resumen está escrito y publicado en su totalidad por Readtrepreneur No está afiliado con el autor original de ninguna manera) "El punto de vista que adoptes para ti mismo afecta profundamente la forma en que llevas tu vida". - Carol S. Dweck Después de años de investigación, la autora Carol S. Dweck, Ph.D. respondió a la petición de sus estudiantes en la Universidad de Stanford y escribió un libro revelando el poder de la mentalidad. La mentalidad: La nueva psicología del éxito por Carol S. Dweck - Libro resumen Readtrepreneur (Disclaimer: Este NO es el libro original, sino un resumen no oficial.) Si crees que tus logros son limitados, lo más probable es que lo sean. Para poder alcanzar tu potencial, debes aprender a hacer crecer tu mentalidad. La mentalidad te ayudará a descubrir el poder de las creencias de la gente y las formas en que podrías usarlas para tu beneficio. (Nota: Este resumen está escrito y publicado en su totalidad por Readtrepreneur No está afiliado con el autor original de ninguna manera) "El punto de vista que adoptes para ti mismo afecta profundamente la forma en que llevas tu vida". - Carol S. Dweck Después de años de investigación, la autora Carol S. Dweck, Ph.D. respondió a la petición de sus estudiantes en la Universidad de Stanford y escribió un libro revelando el poder de la mentalidad. Esta idea revolucionaria, pero simple, muestra que la forma en que pensamos en nosotros mismos puede influir en casi todas las partes de nuestras vidas. Como padre, maestro, gerente o atleta, tú también puedes usar este libro para lograr tus metas y ayudar a tus amigos a alcanzar su potencial. Carol S. Dweck destaca la importancia de tener la mentalidad adecuada para liberar tu potencial y motivar a las personas que te rodean. P.S. Mentalidad es un libro extremadamente útil que te ayudará

a alcanzar tus objetivos y a convertirte en una versión más segura y feliz de ti mismo. El tiempo de pensar se ha terminado! ¡La hora de la acción! Desplácese hacia arriba ahora y haga clic en el botón "Comprar ahora con 1-Click" para obtener su copia de inmediato! ¿Por qué elegirnos, Readtrepreneur? - Resúmenes de la más alta calidad - Proporciona un conocimiento asombroso - Actualización impresionante - Descargo de responsabilidad claro y conciso una vez más: Este libro está destinado a ser una gran compañía del libro original o simplemente para obtener lo esencial del libro original.

ISBN 978-8-83-540298-5

© Varios autores

© Tektime S.r.l.s.

## Содержание

AVISO LEGAL	7
BONOS GRATUITOS	8
EL LIBRO DE UN VISTAZO	9
LAS MENTALIDADES	10
¿POR QUÉ LAS PERSONAS DIFIEREN?	11
ENTONCES, ¿QUÉ HAY DE NUEVO?	13
¿QUÉ HAY EN LA TIENDA?	14
DENTRO DE LAS MENTALIDADES	15
LA ENFERMEDAD DEL CEO	16
LA MENTALIDAD CAMBIA EL SIGNIFICADO DEL ESFUERZO	17
Конец ознакомительного фрагмента.	18

# **Resumen de Mentalidad: La Nueva Psicología Del Éxito**

**RESUMEN DE MENTALIDAD**

**LA NUEVA PSICOLOGÍA DEL ÉXITO**

**READTREPENEUR PUBLISHING**

**Traducido por**

**ARTURO JUAN RODRÍGUEZ SEVILLA**

**COPYRIGHT DEL TEXTO © 2020 READTREPENEUR**

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta guía puede ser reproducida en forma alguna sin permiso escrito del editor, excepto en el caso de breves citas incorporadas en artículos o reseñas críticas.

## **AVISO LEGAL**

### **LEGAL & DESCARGO DE RESPONSABILIDAD**

La información contenida en este libro no está diseñada para reemplazar o sustituir ninguna forma de medicina o consejo médico profesional. La información en este libro ha sido proporcionada para propósitos educativos y de entretenimiento solamente.

La información contenida en este libro ha sido recopilada de fuentes consideradas fiables y es exacta según el mejor conocimiento del Autor; sin embargo, el Autor no puede garantizar su exactitud y validez y no puede ser considerado responsable de ningún error u omisión. Periódicamente se realizan cambios en este libro. Usted debe consultar a su médico u obtener consejo médico profesional antes de usar cualquiera de los remedios, técnicas o información sugeridos en este libro. Las imágenes utilizadas en este libro no son las mismas que las del libro real. Esta es una entidad totalmente separada y diferente de la del libro original titulado: "Mindset": La nueva psicología del éxito".

Al utilizar la información contenida en este libro, usted acepta eximir al Autor de toda responsabilidad por cualquier daño, costo y gasto, incluidos los honorarios legales que puedan resultar de la aplicación de cualquier información proporcionada por esta guía. Esta exención de responsabilidad se aplica a cualquier daño o perjuicio causado por el uso y la aplicación, ya sea directa o indirectamente, de cualquier consejo o información presentada, ya sea por incumplimiento de contrato, agravio, negligencia, daño personal, intención criminal o bajo cualquier otra causa de acción.

## BONOS GRATUITOS

### **P.D. ¿Está bien si nos excedemos en la entrega?**

Aquí en Readtrepreneur Publishing, creemos en la entrega excesiva más allá de las expectativas de nuestros lectores. ¿Está bien si entregamos más de la cuenta?

Este es el trato, le daremos un resumen en PDF extremadamente condensado del libro que acaba de leer y mucho más...

¿Cuál es la trampa? Tenemos que confiar en usted... Verá, queremos entregar más de lo necesario y para ello tenemos que confiar en que nuestro lector se guarde este bono en secreto... ¿Por qué? Porque no queremos que la gente reciba nuestros resúmenes exclusivos en PDF incluso sin comprar nuestros libros. No es ético, ¿verdad?

Bien... ¿Están listos?

En primer lugar, recuerde que su libro es un código: "**READ59**".

A continuación, visite este enlace: <http://bit.ly/exclusivepdfs>

Todo lo demás se explicará por sí mismo después de que lo hayas visitado: <http://bit.ly/exclusivepdfs>.

¡Esperamos que disfrute de nuestros bonos gratuitos tanto como nosotros disfrutamos preparándolo para usted!

## EL LIBRO DE UN VISTAZO

Este libro es un resumen del innovador libro "Mindset": La nueva psicología del éxito" de Carol S. Dweck.

En este libro, aprenderás varias técnicas para ayudarte a cosechar el poder de tu mente. Aprenderás:

- Por qué las personas son diferentes entre sí
- Las dos mentalidades – lo que son y sus pros y contras
- La verdad sobre tu autoconocimiento
- ¿Qué es el éxito?
- Cómo tu mentalidad puede cambiar el significado del esfuerzo y el fracaso
- El peligro de alabar a su hijo
- Cómo hacerse cargo de su éxito
- ¿Qué es una mentalidad de crecimiento y cómo desarrollarla
- Cómo ser un buen negociador
- Cómo enmarcar su mentalidad para lograr el éxito de la relación
- Cómo tratar con los matones
- Cómo cambiar tu forma de pensar
- Por qué la gente no quiere cambiar
- Cómo cambiar la mentalidad de su hijo
- La relación entre la fuerza de voluntad y la mentalidad

Este libro le ayudará a desarrollar el tipo de mentalidad que necesita para alcanzar sus metas y tener éxito en todas las áreas de su vida.

En el primer capítulo, descubrirá por qué las personas son diferentes entre sí. Obtendrá una visión general de las dos mentalidades.

En el segundo capítulo, aprenderá cómo su mentalidad define el significado de esfuerzo o fracaso. Aprenderá que el éxito no se trata en absoluto de ganar, sino de hacer un esfuerzo.

El tercer capítulo trata principalmente sobre los peligros de las etiquetas positivas y negativas. Discutiremos las razones por las que no debe elogiar a su hijo por ser brillante o inteligente.

El cuarto capítulo es sobre los deportes. Aprenderán por qué Michael Jordan era una superestrella. También contiene historias reales de deportes para ayudarles a identificar el secreto del éxito en los deportes.

El quinto capítulo es sobre los negocios y cómo la mentalidad de un líder puede llevar al crecimiento o a la caída de la empresa.

En el sexto capítulo, discutiremos por qué algunas personas tienen más suerte en el amor que otras. También discutiremos la mentalidad de los matones.

En el séptimo capítulo, aprenderán la principal diferencia entre los horribles y los grandes maestros.

En el octavo capítulo, aprenderán cómo pueden cambiar su mentalidad y la de su hijo. Aprenderán cómo usar su mentalidad para mejorar varias áreas de su vida —salud, finanzas y carrera—.

Ustedes son sus pensamientos. Ustedes son sus creencias. Es hora de cambiarlas, para que puedan cambiar su vida.

## **LAS MENTALIDADES**

Cuando Carol era todavía una joven investigadora, estaba obsesionada con el estudio de cómo la gente se enfrenta al fracaso. Observó cómo los niños se enfrentan a los problemas y a los rompecabezas difíciles. Este fue un momento en el que vio algo extraordinario y esperó. A la mayoría de estos niños les encanta el desafío. Nunca se encontró con personas que realmente amaran el fracaso. Carol sintió que estos niños sabían algo que ella no sabía. Fue entonces cuando decidió entender el tipo de mentalidad que podría transformar el fracaso y los desafíos en un regalo.

Estos niños saben que el intelecto humano es algo que puede desarrollarse a través de un esfuerzo constante, y es la razón por la que se vuelven más inteligentes con el tiempo. Pero, no todas las personas son así. La mayoría piensa que el intelecto o las cualidades humanas están talladas en piedra. En las siguientes secciones de este libro, aprenderás por qué las personas difieren. También aprenderás sobre las dos mentalidades y cómo pueden dar forma a tu realidad.

## ¿POR QUÉ LAS PERSONAS DIFIEREN?

La gente piensa y actúa de forma diferente. Eso es una noticia vieja. Pero, ¿por qué la gente difiere? ¿Por qué algunas personas son más morales que otras? ¿Por qué algunas personas son más inteligentes que otras?

Mucha gente piensa que nuestra inteligencia depende de la composición física de nuestros cerebros —las protuberancias y la forma del cráneo, el tamaño del órgano y los genes—. Pero un número de expertos ahora creen que la experiencia, el entrenamiento y el entorno contribuyen a la inteligencia.

De hecho, Alfred Binet (el creador de la prueba de coeficiente intelectual) es un fuerte creyente de que la inteligencia es algo que puede ser desarrollado. Él creó el test de CI para identificar a los niños que no estaban aprendiendo en el sistema de escuelas públicas de París en ese momento. El test fue diseñado para desarrollar nuevos métodos de aprendizaje y no para determinar la inteligencia.

Binet sabía que la inteligencia de los niños es diferente y que algunos niños son realmente más inteligentes que otros. Pero, también sabía que la educación y el entrenamiento pueden cambiar la inteligencia de una persona.

Entonces, ¿quién tiene razón? ¿Es la inteligencia algo que heredamos o que podemos desarrollar? Bueno, los científicos ahora creen que puede ser ambas cosas. Los genes juegan un papel importante en su desarrollo. El esfuerzo y el entrenamiento también pueden aumentar significativamente la inteligencia de una persona con el tiempo. Para usar las palabras de Binet, "no siempre los que empiezan a ser los más inteligentes, terminan convirtiéndose en los más inteligentes".

### ¿Qué significa todo esto para ti? Las dos mentalidades

La investigación de veinte años de la Dra. Carol Dweck muestra que las creencias sobre ti mismo afectan a cómo resulta tu vida. Determina tus posibilidades de lograr las cosas que son importantes para ti. Pero, ¿cómo sucede esto? ¿Cómo puede una creencia transformar tu vida? Antes de discutirlo, conozcamos las dos mentalidades: la mentalidad fija y la mentalidad de crecimiento.

#### 1. La Mentalidad Fija

Cuando tienes una mentalidad fija, crees que tus habilidades y destrezas son imposibles de cambiar. Esta mentalidad cultiva una fuerte necesidad de probarse a sí mismo una y otra vez.

Muchas personas son entrenadas para tener una mentalidad fija a una edad muy temprana. De hecho, la mayoría de los profesores entrenan a sus estudiantes para adoptar este tipo de mentalidad —o eres inteligente o tonto—. Así, las personas con esta mentalidad se esfuerzan por ser ases en los exámenes y parecer inteligentes todo el tiempo.

Cuando la gente con una mentalidad fija fracasa, piensan que son un fracaso y un perdedor. Se sienten inútiles. En pocas palabras, piensan que lo que les pasa es un reflejo de su valor y competencia.

Entonces, ¿las personas con mentalidad fija son pesimistas o solo tienen baja autoestima? La respuesta es no. Las personas con mentalidad fija son optimistas y confiadas cuando no están lidiando con el fracaso.

Las personas con una mentalidad fija lidian con el fracaso no haciendo nada, quedándose en la cama, escuchando música todo el día, llorando o peleando con alguien.

#### 2. Mentalidad de crecimiento

Cuando tienes una mentalidad de crecimiento, crees que las cartas que te reparten son solo el punto de partida de tu desarrollo. La gente con una mentalidad de crecimiento cree que todo el mundo tiene un potencial desconocido. Creen que no se puede prever lo que se puede lograr a través de años de entrenamiento, esfuerzo y trabajo duro.

¿Sabes que Charles Darwin y León Tolstoi eran niños comunes cuando crecían? No hay nada especial en ellos. Ben Hogan, un golfista talentoso, era torpe y tenía poca habilidad motora cuando era niño. A la gran actriz, Geraldine Page, se le pidió una vez que dejara el mundo del espectáculo por su falta de talento.

La gente con mentalidad de crecimiento ve el fracaso como una oportunidad para trabajar más duro, aprender algo nuevo y ser mejor. Cuando fracasan en un examen, solo estudian más duro. No se deprimen y se compadecen de sí mismos: entran en acción y son audaces.

Las personas con una mentalidad fija tienden a negar sus deficiencias en lugar de trabajar para superarlas. Las personas con una mentalidad de crecimiento, por otro lado, aceptan sus fracasos e insuficiencias. Creen que la inteligencia puede ser desarrollada y esto crea un intenso interés en el aprendizaje.

## ENTONCES, ¿QUÉ HAY DE NUEVO?

La mentalidad de crecimiento no es una idea nueva. Hace mucho tiempo que sabemos la importancia de la persistencia, la perseverancia, el trabajo duro y la toma de riesgos. Pero, a medida que empieza a entender las dos mentalidades, verá cómo sus creencias influyen en su esfuerzo y en el coraje para tomar riesgos. Ahora comprenderán cómo su mentalidad influye en sus pensamientos, decisiones, comportamientos y acciones. Este libro te ayudará a reorientar tus creencias, para que veas el valor del trabajo duro y la educación a través de un lente diferente.

### *Autoconocimiento: ¿Quién tiene una visión precisa de sus activos y limitaciones?*

Los estudios muestran que la mayoría de la gente tiene una visión inexacta de sus habilidades y talentos. Pero, las personas de mente fija son las que tienen una visión inexacta de sus talentos. Las personas con una mentalidad de crecimiento tienen una visión sorprendentemente precisa de sus talentos y habilidades.

Si usted cree que tiene la capacidad de desarrollar sus habilidades, es más probable que evalúe con precisión sus habilidades actuales. Aceptas la información precisa sobre tus talentos y la utilizas para aprender más y ser mejor. Howard Gardner escribió en "Mentes Extraordinarias" que los individuos locamente exitosos tienen un talento para identificar correctamente sus fortalezas y debilidades. Y curiosamente, la gente con una mentalidad de crecimiento tiene este talento.

## ¿QUÉ HAY EN LA TIENDA?

Una de las cosas más sorprendentes de las personas excepcionales es que tienen un talento para transformar los problemas y los fracasos en futuros triunfos y éxitos simplemente porque exhiben resistencia y perseverancia. Pero, ¿cómo pueden las creencias llevar al éxito? En los próximos capítulos, descubrirá cómo su mentalidad puede ayudarle a lograr más en la vida y cómo afecta a su rendimiento en los deportes, la escuela, el trabajo y las relaciones.

### **Puntos principales**

- La inteligencia no es una habilidad fija. Es algo que se puede adquirir con el tiempo.
- Todos los seres humanos tienen la capacidad de aprender cosas nuevas y aumentar su inteligencia con el tiempo.
- Tus creencias pueden llevarte al éxito.

## DENTRO DE LAS MENTALIDADES

Como se ha mencionado, hay dos tipos de mentalidades. La primera, la mentalidad fija, te empuja a probarte y validarte a ti mismo. La segunda, la mentalidad de crecimiento, te empuja a desarrollarte.

Cuando tienes una mentalidad fija, ves el ser despedido o rechazado como una señal de que no eres lo suficientemente inteligente o bueno. Ves el fracaso como una situación problemática, como perder un juego, perder tu negocio, o fallar en un curso universitario.

Cuando tienes una mentalidad de crecimiento, ves el fracaso como no hacer ningún progreso o no alcanzar tu máximo potencial. Crees que el esfuerzo te hace talentoso e inteligente. Ambas mentalidades son una colección de creencias poderosas. Pero, la buena noticia es que tienes una opción. Puedes elegir entre adoptar una mentalidad fija o de crecimiento. Las siguientes secciones de este libro te ayudarán a decidir cuál adoptar.

***¿El éxito consiste en aprender o en demostrar que eres inteligente?***

El éxito no consiste en demostrar que eres mejor que los demás. Se trata de aprender y de dar tu mejor esfuerzo. Al final, la inteligencia es algo por lo que tienes que trabajar.

## LA ENFERMEDAD DEL CEO

Mucha gente quiere ser vista como perfecta. Este comportamiento se llama acertadamente la "enfermedad de los CEO". El ex ejecutivo de Chrysler Motors, Lee Iacocca, tuvo un mal caso de esta enfermedad. Siguió trayendo los mismos modelos de coches (con solo pequeños cambios) una y otra vez mientras sus competidores japoneses ponían en el mercado coches innovadores. No mucho después, la compañía tuvo que declararse en bancarrota.

Muchos CEOs pretenden que no tienen defectos. Se rodean de acólitos que los adoran y exilian a sus críticos. La mayoría no ve el valor de aprender nuevas habilidades o de mejorarse a sí mismos.

No todos desarrollan esta enfermedad. De hecho, hay un número de líderes exitosos y poderosos que enfrentan sus fracasos y debilidades de manera regular.

### **Las mentalidades cambian el significado del fracaso**

Los Martin aman a su hijo, Robert. Siempre piensan que es mejor que otros niños. Entonces, cuando tenía tres años, Robert hizo lo imperdonable —no entró en el mejor preescolar de la ciudad de Nueva York—. De repente, sus padres lo trataron de manera diferente. A esta temprana edad, ya se sentía como un perdedor y un fracaso. Desafortunadamente, mucha gente ha tenido el mismo destino que Robert.

Su mentalidad define el significado de fracaso. La mentalidad de crecimiento la gente ve los reveses como una experiencia dolorosa, pero también la ven como una oportunidad para crecer y ser mejor. Cuando cometen un error, rápidamente se levantan y se esfuerzan más. Son lo suficientemente valientes para admitir sus errores y utilizarlos para ser un mejor jugador, trabajador, compañero, estudiante, etc.

La gente con mentalidad fija ve el fracaso como una experiencia permanente, inquietante y traumática. Para ilustrar este punto, veamos el caso de un gran chef francés llamado Bernard Loiseau. Él popularizó las salsas de crema. En 2003, se suicidó después de que circularan rumores de que perdería las estrellas de la prestigiosa Guía Michelin. No las perdió; pero el miedo al fracaso lo llevó a terminar con su vida. Loiseau tiene una mentalidad fija y asoció la pérdida de las estrellas Michelin con ser un "ha sido" y un fracaso.

Te sorprendería lo que la gente con una mentalidad fija considera un fracaso. Consideran el éxito de otras personas como su fracaso. Esta es la razón por la que son más propensos a la depresión.

Cuando la gente con mentalidad fija falla, repara su autoestima, no su fracaso. En lugar de aprender de sus errores, buscan a personas que están peor que ellos para sentirse bien con ellos mismos. Por ejemplo, si obtienen una baja puntuación en los exámenes, buscarán a personas que tengan una puntuación más baja. También arreglan su autoestima poniendo excusas o culpando a los demás. Cuando se enfrentan a los desafíos, simplemente se rinden: no toman medidas para resolver sus problemas.

Las personas con una mentalidad de crecimiento definen el fracaso de manera diferente. Lo ven como un reto y una oportunidad para adquirir nuevos conocimientos y habilidades. Cuando se enfrentan al fracaso, se vuelven más decididos y persistentes. Creen que sus cualidades pueden desarrollarse y no permiten que el fracaso las defina. Creen que hay diferentes caminos hacia el éxito, por lo que no pierden el tiempo llorando sobre la leche derramada.

Para las personas con una mentalidad fija, el éxito consiste en ser mejor que los demás. Se trata de ser más inteligente o más dotado que los demás. La gente con una mentalidad de crecimiento cree que el éxito es ser mejor que uno mismo y poner su mejor esfuerzo.

## **LA MENTALIDAD CAMBIA EL SIGNIFICADO DEL ESFUERZO**

Vivimos en una sociedad en la que celebramos lo que Malcolm Gladwell llama "logro sin esfuerzo". Tenemos la fantasía de que Michael Jordan nació driblando y Picasso ya estaba pintando antes de que pudiera aprender a hablar. Afrontémoslo, vivimos en una sociedad con una mentalidad fija donde preferimos el éxito sin esfuerzo y la perfección. La mayoría de nosotros creemos que el esfuerzo es solo para personas con falta de talento e inteligencia. Creemos que el esfuerzo nos reduce y nos hace menos inteligentes, talentosos o dotados.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.