

УДК 316.475
ББК 88.566
Х 99

Издано с разрешения Hudson Street Press, a division
of Penguin Group (USA) Inc. и Andrew Nurnberg Literary Agency

Хэлворсон Х. Г.

Х 99 Психология мотивации. Как глубинные установки влияют на наши желания и поступки / Хайди Грант Хэлворсон, Тори Хиггинс : пер. с англ. М. Мацковской. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014. — 272 с.
ISBN 978-5-91657-974-1

Согласно исследованиям Хайди Грант Хэлворсон и Тори Хиггинса, специалистов из Центра изучения мотивации при бизнес-школе Колумбийского университета, преобладание одной из двух мотивационных установок лежит в основе всей нашей деятельности: от работы до воспитания детей. Мотивация на получение удовольствий заставляет нас стремиться вперед и не упускать возможности, а если вами движет желание избежать боли, вы, наоборот, предпочитаете оставить все как есть и минимизировать ошибки. Книга написана простым языком, и после прочтения вы сможете понимать скрытые причины своих и чужих поступков и улучшить коммуникации. Эти знания будут полезны в бизнесе, в семье и везде, где необходимо влиять на других людей.

УДК 316.475
ББК 88.566

All rights reserved including the right
of reproduction in whole or in part in any form.
This edition is published by arrangement with
Hudson Street Press, a member of Penguin
Group (USA) Inc.

Все права защищены.
Никакая часть данной книги
не может быть воспроизведена
в какой бы то ни было форме
без письменного разрешения
владельцев авторских прав.

VEGAS LEX

© Halvorson H. G., Higgins E. T., 2013
© Перевод на русский язык, издание,
оформление. ООО «Манн, Иванов
и Фербер», 2014

ISBN 978-5-91657-974-1

Оглавление

Введение 11

Часть I. Стремление к успеху и желание избежать неудачи

Глава 1. Сосредоточиться на успехе или на избегании неудачи? 21

Глава 2. Почему оптимизм не работает для «защитных»
пессимистов 39

Глава 3. Мотивация на работе 53

Глава 4. А теперь о детях 69

Глава 5. О любви 93

Глава 6. Принимаем решения 113

Глава 7. Настрой свой мир 135

Глава 8. Как определить и изменить мотивацию 153

Часть II. Мотивационное соответствие

Глава 9. Как важно соответствовать 173

Глава 10. Триумф соответствующих 191

Глава 11. Под влиянием 209

Глава 12. На рынок 225

Глава 13. Пошаговое руководство к созданию
мотивационного соответствия 237

Эпилог 252

Приложение 255

Благодарности. 262