



# RESUMEN DE

# CORAJE



El Poder De La  
Pasión y La Perseverancia



---

POR:

ANGELA DUCKWORTH

Readtrepreneur Publishing

**Resumen De Coraje: El Poder De  
La Pasión Y La Perseverancia,  
Por Angela Duckworth**

«Tektime S.r.l.s.»

## Readtrepreneur Publishing

Resumen De Coraje: El Poder De La Pasión Y La Perseverancia,  
Por Angela Duckworth / Readtrepreneur Publishing — «Tektime  
S.r.l.s.»,

Coraje: El Poder de la Pasión y la Perseverancia por Angela Duckworth | Resumen del Libro | Readtrepreneur (Descargo de responsabilidad: Este NO es el libro original, sino un resumen no oficial.) ¿Es el éxito todo talento? ¿Qué tienen las personas exitosas que les permite alcanzar sus metas? Este libro Coraje nos enseña que el éxito no es todo talento. Tener el talento es un factor esencial y te dará la ventaja sobre otros que no lo tienen, pero lo más importante es que necesitas el valor para ver las cosas con claridad. (Nota: Este resumen está escrito y publicado en su totalidad por Readtrepreneur No está afiliado con el autor original de ninguna manera) "El valor es vivir la vida como si fuera un maratón, no un sprint". — Angela Duckworth— La autora Angela Duckworth fue profesora de matemáticas para alumnos de séptimo grado antes de que estudiara sobre el coraje y ha descubierto un valioso conocimiento de su experiencia: que el coraje es un predictor de éxito. Averigua qué tan valie Coraje: El Poder de la Pasión y la Perseverancia por Angela Duckworth | Resumen del Libro | Readtrepreneur (Descargo de responsabilidad: Este NO es el libro original, sino un resumen no oficial.) ¿Es el éxito todo talento? ¿Qué tienen las personas exitosas que les permite alcanzar sus metas? Este libro Coraje nos enseña que el éxito no es todo talento. Tener el talento es un factor esencial y te dará la ventaja sobre otros que no lo tienen, pero lo más importante es que necesitas el valor para ver las cosas con claridad. (Nota: Este resumen está escrito y publicado en su totalidad por Readtrepreneur No está afiliado con el autor original de ninguna manera) "El valor es vivir la vida como si fuera un maratón, no un sprint". - Angela Duckworth La autora Angela Duckworth fue profesora de matemáticas para alumnos de séptimo grado antes de que estudiara sobre el coraje y ha descubierto un valioso conocimiento de su experiencia: que el coraje es un predictor de éxito. Averigua qué tan valiente eres, cómo puedes convertirte en un individuo más valiente, y cómo puedes influenciar a otras personas para que se vuelvan más valientes y tengan más posibilidades de éxito. P.D. Este libro tiene algo para que todos aprendan de él; sin importar si usted

es un maestro, un padre, o un individuo aspirante que busca mejorar. Aprenderás a ver las cosas de una manera diferente y a entender cómo la gente exitosa llegó a serlo. ¡El tiempo de pensar se ha terminado! ¡Es hora de actuar! Desplácese hacia arriba ahora y haga clic en el botón "Comprar ahora con 1-Click" para descargar su copia de inmediato! ¿Por qué elegirnos, Readtrepreneur? Resúmenes de la más alta calidad ofrecen un asombroso conocimiento, un refrescante y conciso descargo de responsabilidad una vez más: Este libro está destinado a ser una gran compañía del libro original o simplemente para obtener lo esencial del libro original.

© Readtrepreneur Publishing

© Tektime S.r.l.s.

## Содержание

COPYRIGHT © 2020 – READTREPNEUR	7
LEGAL Y DESCARGO DE RESPONSABILIDAD	8
EL LIBRO DE UN VISTAZO	9
BONOS GRATIS	11
PARTE PRIMERA	12
PRESENTACIÓN (APARECER)	12
SUPERANDO AL BEAST	13
VENDEDORES DE ENERGÍA	14
DISTRACCIÓN POR EL TALENTO	15
EL TRABAJO DURO Y CHARLES DARWIN	16
Конец ознакомительного фрагмента.	17

# **Resumen de Coraje: El Poder De La Pasión y La Perseverancia, por Angela Duckworth**

**RESUMEN DE CORAJE**

**EL PODER DE LA PASIÓN Y LA  
PERSEVERANCIA, POR ANGELA DUCKWORTH**

**READTREPENEUR PUBLISHING**

**Traducido por ARTURO JUAN RODRÍGUEZ SEVILLA**

## **COPYRIGHT © 2020 – READTREPNEUR**

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

# LEGAL Y DESCARGO DE RESPONSABILIDAD

## Legal y 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 de este libro se ha proporcionado con fines educativos y de entretenimiento solamente.

La información contenida en este libro ha sido compilada de fuentes consideradas confiables, 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: "**Coraje**".

Al utilizar la información contenida en este libro, usted acepta eximir al Autor de toda responsabilidad por cualquier daño, costo y gasto, incluyendo cualquier honorario legal que pueda resultar de la aplicación de cualquier información proporcionada en esta guía. Esta exención de responsabilidad se aplica a cualquier daño o perjuicio causado por el uso y 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.

Usted se compromete a aceptar todos los riesgos del uso de la información presentada en este libro. Es necesario que consulte a un médico profesional para asegurarse de que es capaz y está lo suficientemente sano para participar en este programa.

## EL LIBRO DE UN VISTAZO

**Angela Duckworth**, investigadora y psicóloga, escribió este libro para ayudar a otros a **alcanzar la excelencia**. Ella ha pasado muchos años realizando entrevistas, realizando experimentos, administrando pruebas y revisando estudios publicados sólo para entender el coraje. Duckworth cree que el valor **es el secreto del éxito**: puede ayudar a una persona a desarrollar su potencial.

Este libro contiene consejos prácticos y explicaciones teóricas. Ilustra ideas y técnicas a través de anécdotas y descripción de estudios anteriores. Debido a que la autora compartió cómo el *coraje* la afectó personalmente, los lectores pueden identificar fácilmente los principales beneficios de la valentía.

El material que usted leerá está dividido en **tres partes**. La **primera** parte trata **de los fundamentos del coraje**: su definición, elementos, importancia, etc. La **segunda parte** se centra en **cómo crece la valentía**. Esta sección del libro le enseña cómo establecer y mejorar su propio coraje. Se discuten **los cuatro elementos del coraje**, a saber: interés, práctica, propósito y esperanza. La **tercera parte** se enfoca en la enseñanza del coraje a otras personas. Si usted es un maestro, un entrenador deportivo o un padre, seguramente encontrará esta parte útil.

Después de leer este libro, aprenderás lo siguiente:

- Capítulo 1: Aparecer – El talento y el estatus en la vida no son suficientes para alcanzar sus metas. También es necesario tener el valor de comenzar un proyecto o actividad y llevarlo a cabo.

- Capítulo 2: Distraerse por el talento – La mayoría de las personas explican las actuaciones destacadas a través del talento. Sin embargo, es esta creencia la que les impide ver la importancia del trabajo duro.

- Capítulo 3: El esfuerzo cuenta dos veces – Tener un talento en algo le permite adquirir y mejorar sus habilidades rápidamente. Sin embargo, es necesario el esfuerzo para obtener esas habilidades y utilizarlas para obtener resultados prácticos.

- Capítulo 4: ¿Cuánta agallas tienes? – Angela Duckworth desarrolló una escala para medir la valentía de una persona. Con esta escala, usted podrá determinar su "puntuación de agallas" y compararla con la de otras personas.

- Capítulo 5: El coraje crece – El coraje cambia a medida que uno envejece. Es posible que ahora tenga más agallas que hace cinco años, y que esta cualidad mejore en el futuro.

- Capítulo 6: Interés – El coraje requiere una pasión a largo plazo por la idea o proyecto en el que está trabajando. En este capítulo, aprenderá cómo encontrar y cultivar su interés en una idea/proyecto.

- Capítulo 7: Práctica – Los expertos dedican más tiempo a la práctica que el promedio de los ejecutantes. A través de un enfoque llamado "práctica deliberada", los expertos mejoran los aspectos de su desempeño de manera consistente y sistemática.

- Capítulo 8: Propósito – Las personas con agallas creen que sus acciones benefician a otras personas. Si quiere tener éxito en su campo elegido, necesita encontrar los beneficios sociales de lo que está haciendo.

- Capítulo 9: Esperanza – No deje que los problemas y los fracasos le disuadan. Crea que estas cosas son temporales y que puede hacer algo para mejorar sus resultados.

- Capítulo 10: Paternidad para la valentía – Muchas personas abogan por el tipo de crianza autoritaria para enseñar la valentía. Sin embargo, la crianza autoritaria no es suficiente – usted necesita enriquecerla con apoyo y afecto.

- Capítulo 11: Los campos de juego de la valentía – Las actividades extracurriculares ofrecen diversión y desafíos a los niños. Por lo tanto, usted puede usarlas para enseñar a los niños el valor de la pasión y la tenacidad.

- Capítulo 12: Una cultura de valentía – La cultura a la que usted pertenece influye en casi todos los aspectos de su vida. Una cultura de la valentía puede ayudarle a desarrollar una personalidad valiente.

- Capítulo 13: Conclusión – Este capítulo resume las ideas y estrategias discutidas en los capítulos anteriores. Contiene los pensamientos de Angela Duckworth sobre la felicidad y el exceso de coraje.

Durante muchos siglos, la gente ha estado buscando el secreto del éxito. El libro que usted tiene en sus manos contiene la respuesta más probable a la vieja pregunta: **¿Qué es lo que hace que una persona tenga éxito?** Si quiere convertir sus sueños en realidad y usar su potencial para alcanzar sus metas, este es el libro perfecto para usted.

## BONOS GRATIS

### **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 lo que se espera?

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?

De acuerdo. ¿Están listos?

En primer lugar, recuerde que su libro es un código: **“READ31”**.

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

Todo lo demás se explicará por sí mismo después de que haya visitado:

<http://bit.ly/exclusivepdfs>.

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

# PARTE PRIMERA

## QUÉ ES EL CORAJE Y POR QUÉ ES IMPORTANTE

### PRESENTACIÓN (APARECER)

Durante siglos, la gente ha tratado de descubrir la diferencia entre los que tienen éxito y los que fracasan. Innumerables estudios y experimentos han demostrado que no se trata de la herencia o del estatus en la vida. Hay algunos que heredaron grandes sumas de dinero de sus padres pero que aún así fracasaron. Otros, sin embargo, tuvieron éxito aunque nacieron pobres. ¿Qué **característica** ayuda a una persona a **superar los desafíos y alcanzar sus metas**?

La Academia Militar de los Estados Unidos, situada en West Point, Nueva York, arroja algo de luz sobre este asunto. El proceso de admisión de la Academia es tan estricto como el de las principales universidades de Estados Unidos. Las notas excelentes y los resultados del ACT/SAT son obligatorios. Además, tienes que obtener una nominación de un senador, un congresista, o el VP de los Estados Unidos. Luego debes obtener excelentes puntajes en una evaluación de aptitud física que involucra abdominales, flexiones y carreras.

Alrededor de 14.000 estudiantes de secundaria aplican a West Point cada año. Sin embargo, después de todos los procesos de evaluación, sólo 1.200 estudiantes serán admitidos. Curiosamente, el 20% de los cadetes renuncian antes de la graduación y una porción significativa de estos desertores abandonan durante un programa de entrenamiento llamado **Beast Barracks** (o simplemente "Beast"). Beast se lleva a cabo durante el primer verano de los estudiantes en la academia.

¿Por qué alguien dejaría de fumar dentro de dos meses? Considerando todas las dificultades que cada cadete pasa en el proceso de admisión, usted esperará que se queden más tiempo que eso. Sin embargo, Beast no es el típico programa de entrenamiento. El manual de la academia describe a Beast como un programa diseñado para convertir cadetes en soldados.

Durante el Beast, cada día comienza a las 5:00 de la mañana y termina aproximadamente a las 10:00 de la noche. Cada día de entrenamiento consiste en varias actividades como el levantamiento de la bandera, entrenamiento con armas, instrucción en el salón de clases, etc. Durante este programa de entrenamiento, no habrá fines de semana, descansos (excepto las comidas), ni contacto con personas fuera de la academia. El Beast desafía a los cadetes **socialmente, mentalmente, militarmente y físicamente**.

## SUPERANDO AL BEAST

Numerosos psicólogos han tratado de **identificar el rasgo** que ayuda a un cadete a sobrevivir al Beast. Los esfuerzos iniciales, que se llevaron a cabo en la década de 1950, pusieron a prueba la imaginación y la creatividad de los cadetes. Sin embargo, resultó que estas características no tienen nada que ver con las posibilidades de los cadetes de sobrevivir al programa.

Los estudios posteriores mostraron que la inteligencia tampoco es el factor determinante. Algunos cadetes con las notas más altas y los resultados del SAT/ACT se fueron por culpa del Beast. Luego, hubo cadetes con puntajes y grados más bajos pero sobrevivieron. La fisicalidad, el potencial de liderazgo y las habilidades disponibles tampoco fueron la respuesta a la pregunta.

Un psicólogo en West Point llamado Mike Matthews dio una explicación interesante. Dijo que **sobrevivir al Beast requiere la actitud de "nunca rendirse"**. El talento, la inteligencia o la fuerza física sobresalientes no garantizan que usted pasará por el programa si renuncia ante la adversidad. Sin embargo, si eres tenaz, tendrás grandes posibilidades de superar tareas complejas y actividades extremas.

Esta teoría parece ser correcta ya que se aplica a otros campos. Por ejemplo, las personas más exitosas en cualquier campo tienen el conocimiento, la experiencia y la red de contactos necesarios. Sin embargo, esos activos no son suficientes —muchos individuos que poseían esos activos todavía fracasaron—. Resulta que **la mayor diferencia entre los que tienen éxito y los que fracasan es la actitud de "nunca rendirse"**, también conocida como **Coraje**. Puedes tener todo el talento del mundo, pero seguirás fracasando si abandonas en cuanto surjan los problemas. **Las personas que permanecen a pesar de las adversidades desarrollan las características necesarias para sobrevivir.**

## VENEDORES DE ENERGÍA

La venta es una industria donde la objeción y el rechazo son comunes. Un vendedor típico recibe por lo menos una docena de rechazos al día. En un estudio realizado por Angela Duckworth, ella descubrió que para tener éxito en la industria de las ventas se requiere algo más que conciencia, extroversión y estabilidad emocional. El **valor** es el factor que determina quiénes sobrevivirán y quiénes no.

*Nota importante: El talento y la tenacidad son dos cosas diferentes. Es bueno tener potencial. Pero no te servirá de nada si no tienes la actitud de "nunca te rindas".*

## DISTRACCIÓN POR EL TALENTO

Angela Duckworth, la autora de Coraje, trabajó como profesora antes de convertirse en psicóloga. La enseñanza le abrió los ojos a un hecho importante: **los logros requieren algo más que talento.**

Enseñó matemáticas en séptimo grado en su primer año como profesora. El enfoque de sus lecciones eran los decimales, las fracciones y los fundamentos de la geometría y el álgebra. Duckworth notó que algunos estudiantes entendían los conceptos matemáticos más rápido que otros. Estos estudiantes "talentosos" podían ver los patrones subyacentes presentes en los problemas de matemáticas. Después de ver un ejemplo, pueden resolver problemas similares correctamente.

Curiosamente, no todos los estudiantes talentosos se desempeñaron bien en el salón de clases. Algunos de ellos recibieron excelentes calificaciones. Otros, sin embargo, recibieron calificaciones mediocres o pobres. Luego hubo estudiantes que se esforzaron por entender las lecciones pero recibieron altas calificaciones. Estos estudiantes, a los que Duckworth se refirió como "superdotados", asistían a su clase diariamente y trabajaban duro. Si no podían entender algo, seguían intentándolo hasta que lo conseguían o pedían ayuda durante el tiempo libre. Su **ética de trabajo** les ayudó a obtener **notas sobresalientes.**

Duckworth se dio cuenta de que **la aptitud por sí sola no es suficiente. Ser inteligente y obtener altas calificaciones son dos cosas diferentes.** Este descubrimiento la sorprendió. Muchas personas asumen que el talento juega un papel importante en las matemáticas: los estudiantes talentosos casi siempre superan a sus compañeros menos talentosos. Duckworth tenía esa suposición cuando empezó a enseñar. Después de todo, se puede esperar que un estudiante que entiende los conceptos matemáticos rápidamente se desempeñe mejor que los demás. Ella también creía que la brecha entre los estudiantes talentosos y el resto de la clase se ampliará con el tiempo. Sin embargo, no fue así. El talento la distrajo de ver la verdad.

Su descubrimiento condujo a una serie de preguntas difíciles. Cuando un estudiante no comprende un concepto, ¿es posible que sólo haya tenido que luchar un poco para conseguirlo? ¿Debería el profesor utilizar un enfoque de enseñanza diferente en este tipo de situación? Antes de juzgar la capacidad general de aprendizaje de un estudiante, ¿deberían los profesores considerar el valor del trabajo duro?

Además, incluso los estudiantes "menos talentosos" sonaban inteligentes cuando discutían las cosas que les interesaban (por ejemplo, canciones, deportes, programas de televisión, etc.). Se dio cuenta de que todos sus estudiantes habían dominado innumerables ideas antes. Por lo tanto, la resolución de ecuaciones algebraicas es ciertamente posible. Todo lo que necesitan hacer es **trabajar duro.**

## EL TRABAJO DURO Y CHARLES DARWIN

Sir Francis Galton, primo de Charles Darwin, se hizo caballero gracias a sus contribuciones a las diferentes ramas de la ciencia y las matemáticas. Publicó un libro sobre los grandes logros en 1869. Después de recopilar y analizar información sobre personalidades conocidas, hizo un importante descubrimiento. Aprendió que **las personas exitosas compartían tres características: celo, habilidad y tenacidad.**

El libro afirmaba que el talento es una cualidad esencial para el éxito. Al leer dicho libro, Darwin se puso en contacto con su primo para expresarle su sorpresa. Darwin creía que los humanos (excepto los "tontos") tienen niveles similares de inteligencia: sólo difieren en términos de celo y tenacidad.

## **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.