Unit 1

Lecture 1

确信的 convinced

心理学家 psychologist

开始；着手 embark on

**耐力；毅力 stamina**

短跑比赛 sprint

思维模式 mindset

勇气；毅力 grit (Grit is having stamina)

Lecture 2

拖延 procrastination

不知所措 overwhelm

阻碍 hinder

至关重要的 crucial

通知 notification

提示 cue

精疲力竭 burnout

日程表 calen**dar**

令人满意的 fulfilling

Unit 2

Lecture 1

不能胜任 **inadequacy**

敌意 **hostility**

培养 cultivate

温床 breeding ground

过滤 filter

快照 snapshot

Lecture 2

忍耐 endure

本能 instinct

拉长 **prolong**

消退 recede

发泄途径 **outlet**

Unit 3

Lecture 1

企业；商店 establishment

优惠卷 coupon

纽带 bond

巩固 solidify

Lecture 2

擅自闯入 **trespass**

阻碍 **impede**

混合 **intermingle**

抑制 **stifle**

产生共鸣 **empathize**

同情；怜悯 **compassion**

Unit 4

Lecture 1

极端愚蠢的行为 **insanity**

混乱的 **chaotic**

沉迷于 indulge

具有讽刺意味的 **ironically**

内省 **introspection**

点燃 **ignite**

Lecture 2

引起 evoke

传统的 **conventional**

想象 **envision**

思维过程 ideation

Unit 5

Lecture 1

非常激动的 thrilled

获得 **acquisition**

不可或缺的 **indispensable**

术语 **terminology**

微妙之处 **subtlety**

冷静 **composure**

Lecture 2

难以区分的 blurred

摆脱 **detach**

削弱 undermine

总是想着 dwell on

路线 route