https://www.douyin.com/video/7188845513381334312

标题: 哈佛大学的研究结论，非常有道理，值得好好收藏，可以反复提醒自己  
关键字: 废材#哈佛#犹豫不决#拖延#萧大业  
作者: 萧大业  
视频ASR文本:  
哈佛大学有一个研究总结了一个人成为废材的九大原因非常的准确你一定要好好听完第一犹豫不决无论你其他方面能力如何强大一旦你做事犹豫不决摇摆不定在关键的竞争中就一定会被那些坚定的人打败第二拖延 喜欢拖延的人总是计划很牛逼但执行一塌糊涂其实拖延就是逃避问题和懒惰懒惰是个很奇怪的东西他让你以为那是安逸是休闲是福气但实际上他所给你的是无聊是倦怠是消沉第三 三分钟热度这个世界百分之八十的失败都源于半途而废因为坚持的过程总是枯燥又充满挫折的人的天性就是好逸不劳第四 害怕拒绝这都是过度的自尊带来的恶果一个人能放下自尊去做事情肯定是专注目标成果导向的人而把自尊心放在第一位的人在人际交往做事情的时候总会关注他人对自己的态度 因此一个人越是百无一用的时候越执念于那些无足轻重的底线和弱小的自尊心第五自我设限很多时候是我们自己杀死了自己的潜能力很多人在还没有去做之前就先否定了自己还会给自己找一堆不付出努力的理由 所有的平庸和低成就都是自我设想的结果第六逃避现实总喜欢做不劳而获的白日梦激动的时候是骄傲的巨人幻想着自己纵横天下日常生活中 就算受到了欺凌也没有办法鼓起勇气去好好谈一谈第七总是找借口他从来不会错他是常有理反正一旦犯了错第一反应就是自我辩解这种人都有一个共同的特点 没有强烈的事业心没有执着的追求人生没有一个坚定的信念反正找借口是最容易办到的事情 这是掩饰自己无知的方法然后从中寻找自我安慰第八恐惧这是一种谨小慎微的懦弱 他们害怕被领导批评害怕别人觉得自己无能害怕被别人知道自己的缺点在意他人的评价害怕犯错害怕自己的付出得不到回报其实就是心智的弱小不愿意面对挫折第九拒绝学习学习需要费脑子自我成长需要不断和自己 说冻成太痛苦了还不如舒舒服服的躺在家里玩手机看电影这九大原因你同意吗好了我是肖大爷关注我爱大叔不如爱大爷