

直面挑战 [Rising to the challenge]



[直面挑战 \[Rising to the challenge\]_下载链接1](#)

著者:[美] 卡莉·菲奥莉娜 (Carly Fiorina) 著，陈丽芳 译

[直面挑战 \[Rising to the challenge\]_下载链接1](#)

标签

评论

【撼心之作】 Facebook COO
以自己走出最大伤痛的经历与成长，串联起一系列社会学心理学研究、创伤疗愈与心灵成长的方法和体悟，从个人到婚姻家庭、直至组织，

全方位地深刻诠释了Resilience这个人人都须需培育的能力的内涵与来源。从此，这个单词在心里不再译成韧性，而是“复原力”！被这种深广大爱感动……当时奇怪，为什么一本说个人生活创伤的书，阅书无数的王老师会眼中有星光地力荐？昨天特别明白了：它哪里是那么狭隘的内容！它简直就是一篇近期社会学心理学AQ研究精心梳理后结合真实体验的璀璨呈现！是继《少有人走的路》之后的震撼佳作啊！让我们也记住Co-writer的名字——心理学家 Adam Grant（图片中的男士）

宝贝非常好，价格便宜，值得购买，快递很快，客服服务好。

正能量满满的一本书，也许并不是每位读者都遇到了巨大的不幸，但学会积极的面对人生对每个人都很重要。

图书看评价不错?????。

吾消费京东商城数年，深知各产品琳琅满目。然，唯此宝物与众皆不同，为出淤泥之清莲。使吾为之动容，心驰神往，以至茶饭不思，寝食难安，辗转反侧无法忘怀。于是乎紧衣缩食，凑齐银两，倾吾之所有而能买。东哥之热心、快递员之殷切，无不让人感激涕零，可谓迅雷不及掩耳盗铃儿响叮当仁不让世界充满爱。待打开包裹之时，顿时金光四射，屋内升起七彩祥云，处处皆是祥和之气。吾惊讶之余甚是欣喜若狂，呜呼哀哉！此宝乃是天上物，人间又得几回求！遂沐浴更衣，焚香祷告后与人共赏此宝。人皆赞叹不已，故生此宝物款型及做工，超高性价比之慨，且赞吾独具慧眼与时尚品位。产品介绍果然句句实言，毫无夸大欺瞒之嫌。实乃大家之风范，忠义之商贾。

心理学家马丁·赛里格曼花了数十年研究人们如何应对挫折，结果发现有三个认知因素会阻碍复原：（1）个人化（personalization）：认为坏事的发生都是自己的错；（2）普遍性（pervasiveness）：认为消极事件会影响到生活的方方面面；（3）持久性（permanence）：认为事件的残余效应将永远存在。谢丽尔以她真实的经历告诉我们，走出困境的第一步是打破3P的限制。戴夫去世后，谢丽尔也陷入了3P陷阱，她因未能早点发现戴夫以及给身边的人带来不便而深深地感到自责。把“对不起，我很抱歉”一直挂在嘴边，深深的自责严重阻碍了她的复原。在亚当的帮助下，谢丽尔抛弃了“抱歉”这样的字眼，接受现实确实糟透了的事实和这一切不是由她造成的事实，渐渐地她感到并不是每件事都那么糟糕，她回到了工作岗位上，并让孩子们也在父亲去世十天后返回校园。刚回到工作岗位上的谢丽尔很不适应，虽然她已经在脸书担任COO超过七年了。脸书慷慨的丧假使她得到的不仅是同情，更多的是支持。她也在推进提供完善的健康福利、退休计划以及家庭和医疗保障这些政策落地生根。

这是部门要买的书，有发票，快捷，还是相信强哥。有活动更好。包装还行。

一次性买了19本书！在家带孩子无聊的很，利用琐碎时间充充电，书还没有看，应该很精彩吧！物流相当给力昨天下单今天上午就到了，很赞！

朋友推荐的，看了几十页，很正能量，不分男女，都可各取所需！而且印刷很精致，值得收藏一本！随时翻来激励和刺激下自己！！！！

?向前一步，勇敢进取
通常女性在总会在无意识中妨碍自己的发展、降低对自己的期望值，甚至很容易就放弃工作，放弃获得更大成就的可能性。与男性相比，女性在职场中的态度仍然不够积极、不够进取。?平衡工作与生活
伴侣的支持非常重要。那种认为女性只有抛开家庭才能达到事业顶端的说法其实并不成立。事实证明，绝大多数的成功女性都拥有一位相当支持自己事业的人生伴侣。
?拥有更加开放的心态
女性应该对事业上的挑战持有更开放的心态。如果一份工作能让她学到新的技能，并且更快乐、更满足，那就意味着她在自我提升中不断发展。

京东的物流没得说，书很好，字迹清晰。
自从离开校园几乎都没有什么时间和精力去看书了，也就看看电子版的，觉得还是捧在手里的书看起来更有价值和意义。坚持读书读好书，在如今这个喧嚣的城市中，一本好书可以净化心灵，让读书成为一种习惯……

好书好书好书好书好书好书好书

很喜欢，一下买了好多，有跟宝宝买的，宝宝超级喜欢。作者写的很好，超级喜欢作者

超级棒，很值得现代女性一看

我老婆千叮万嘱要买的书。厉害了一个平时不看书的人居然让我买这书给她看。应该很

出名。

人因为不同而走到一起，然后又因为不同而痛苦。解决这份痛苦的方法，自然不是一个去消灭另一个，而是两者的融合。
人们通常认为，恋爱是为了追求幸福和快乐。但其实，恋爱甚至人生的更大动力，是追求人性上的圆满，于是会出现各种痛苦的选择，而痛苦最终是为了融合人性的不同部分，最终趋向人性的完整。

给京东快递员一个大大的赞，给京东快递员打电话，快递员说已带货出发。我们看地图快递员就在我们送孩子幼儿园附近。一个电话打过去，快递员，没有三五分钟马上把件送过来

同事推荐的书，每天中午午休看一个小时，看到特别有用的，还会用便签。等看完了，写在自己的本本上。特别推荐大家看看，尤其是女生，积极乐观。

她是福布斯评出的全球有影响力的女性之一，荣登《时代周刊》封面人物,并被《时代》杂志评为全球具有影响力的人物！
她是马克·扎克伯格的左膀右臂，具有天生的管理天赋。推荐阅读。京东服务周到，快递速度好快，支持京东。

不错哦！不错哦！不错哦！不错哦！

京东买的就是快，而且售后有保障 推荐各位亲。

好好好好好好好好好好好好好好好好好好

东西还不错，还可以用啊

快递一如既往的快，东西也很好，信任京东~

油盐酱醋 酒水饮料 文具日用 都在京东买 送货快 服务好

鼓励女性更加独立自信的书，不知道后面有没有具体的方法应对生活中遇到的具体问题

很好的一本书，纸张也很好，值得购买

此用户未填写评价内容

单本价格反而比套装便宜，还没来得及细看但书评不错，一定要细细品味。

有个大缺点，书本中间好像被挤边形是弯曲，还没拆，拆开再追评，其他还可以吧

非常不错的一本书，通俗易懂，符合中国人阅读的习惯

我为什么喜欢在京东商城上买东西，因为今天买明天就可以送到。我为什么每个商品的评价都一样，因为在京东上买的东西太多太多了，导致积累了很多未评价的订单，所以我统一用一段话作为评价内容，省时省力，还可以得到京豆。还可以积1000个京豆抵10元现金价值，真是太棒了。言而总之，在京东商城买东西，真是太棒了，又好又快，我说的可是京东自营店哦。

经典就是经典，值得珍藏，京东品质，不用质疑，就是活动力度大点就完美了

还没看，相信是本好书，送货速度点赞！有塑封，但边角还是有些痕迹！

谢丽尔·桑德伯格（Sheryl Sandberg）

1969年8月26日出生于华盛顿。曾任克林顿政府财政部长办公厅主任、谷歌全球在线销售和运营部门副总裁。现任脸谱网（Facebook）首席运营官，被媒体称为“Facebook*”。她也是第一位进入Facebook董事会的女性成员。同时，她还是福布斯上榜的前50名“最有力量”的商业女性精英之一。2013年，她荣登《时代周刊》杂志封面，并被《时代》杂志评为全球*影响力的人物之一。目前，她已经成为千百万女性眼中集家庭与事业于一身的成功典范。

一直等618的图书活动，确实很实惠！家里的书都是在京东买的！赞！！！！不过现在京东的包装有待加强，用个塑料袋容易损坏书籍，尤其是精装书，边角损坏看到心疼啊

还没看，物流超级快，凌晨下单，今天中午就到了？

其他网站推荐的书，买来看看，感觉还不错，希望能提高

收到，还没看 应该还不错 就是包装有点不细致

618用优惠券买了好多好多好多好多的书

女神节一起买的，学习女神，给自己打气，早日和女神并肩！

我为什么喜欢在京东买东西，因为今天买明天就可以送到。我为什么每个商品的评价都一样，因为在京东买的东西太多太多了，导致积累了很多未评价的订单，所以我统一用段话作为评价内容，都是为了京豆啊！

同事要我帮买的，励志书籍，女性可以读读

女性职场，不要妥协，不要后退～ 京东的书，都是正品，质量很好
遇上满减，优惠券，太值了！

好书，不错，看完后，已经有同事抢着借走看了。

尝试着改变，或许不是很难的一件事！

可以不错不错，送人，已买第二本

公司礼物，很好

质量很好，非常喜欢

好好好好好好好好好好

推荐者溢美之词众多，要自己感受！

和H哈哈哈哈哈姐姐啊哈哈哈哈哈就好

女性励志作品，自己决定自己的生活 and 走向，非常值得看的一本书，喜欢！好评！

→_→看图←_← O(∩_∩)O

向前一步是人生，圆满的的人生，厉害厉害

收藏很久了，学习知识女性的优点，提升自己

对于内向但内心力量十足的小女生们来说，最佳的励志书目。买来送给我的学生，希望能够很好激励她发挥出来自己的能量。

质量好送货快，女性励志类书籍，女权？女性独立要强，主要内容。我个人不怎么缺乏自信，这个鸡汤我个人喝不是很补，但是是不错的书。

很好的激励女性的书。通常女性在总会在无意识中妨碍自己的发展、降低对自己的期望值，甚至很容易就放弃工作，放弃获得更大成就的可能性。与男性相比，女性在职场中的态度仍然不够积极、不够进取。

还行，他姐姐的，写的不错，有体会。

之前就听过的一本书，因为樊登的推荐就买了下来，近期看一看应该不错

兴高采烈期待的新书，刚拆开就翻到有一页在里面破裂的，幸好在注释第一页，支持桑德伯格？

因为原版阅读完了，来本中文版的强化一下，纸张不错，是一本值得看的好书。

包装精美，物流迅速，日期新鲜，物美廉价！值得信赖的商家，完美的购物之旅！

买这本书的目的就是很想看一看他们的人生和我们的人生有什么不同，如何更好的教育孩子是孩子自己的孩子能够努力的成为一个更加的心理健康身体健康并且还成功的人

很适合女性阅读的一本书，看这本书不能太着急，有意义的文字需要慢慢品味

[illegible]

特价促销买的，统一评论所有订单，评论不具参考性。

学习富人思维，把自己的格局观放大一点，我们就不会局限自己，这是一本很好的书籍

包装很好，速度快，是京东一如既往的给力。就书的内容而言，是值得推荐大家读一读的，尤其是职场女性。也推荐男士读一读，也能更懂你的她。另外关于处事方法，其实是男女通用的

书本全新的 只是塑料膜包装 有点小刮蹭 不过没事的

书很不错哟，值得购买，物流也快！

搞活动的时候买的，挺不错的，可以看看。

读万卷书不如行万里路，行万里路不如阅人无数；其实读书本身就是一场与作者的对话，可以就是阅人无数了。

质量非常好，与卖家描述的完全一致，非常满意,真的很喜欢，完全超出期望值，发货速度非常快，包装非常仔细、严实，物流公司服务态度很好，运送速度很快，很满意的一次购物

值得购买的一本书。赶上活动，果断购入。包装完整，正版。

可以，很好的书啊，看看总是有好处，书是人类进步的阶梯我们要学习他人的经验，运用到自己的工作和生活中

这本书很好看并且很有教育意义。

可以。。。。?。????????。。。。。。。。

习惯信任京东，五星好评了。

不是心灵鸡汤，很好的书，推荐

看中很久了，质量不错，内容也不错

大力推荐这本书，对女性很有启发

推荐的，希望对自己有用哦

很不错的书，挺好的，送货也快

好好好好好好好好好好好好好好好好好好，价格便宜

一本很励志的书，希望能改变自己

信赖京东，一直在上面买好多书

送给爱人的，一个真正在事业上有冲劲的女人，才能真正在生活上与自己丈夫有一辈子聊不完的话题！

[illegible]

书中自有黄金屋，书中自有颜如玉，鼓励大家多多看书

买了一直放在那没怎么看……………书挺好的，最喜欢新书那种香味了

货物已收到，看起来还不错哦

还没拆封，公司建立图书馆使用，包装不错，挺好挺好的

妇女节给公司女员工买的福利，一人一本，速度快质量好。

京东自营，速度快，满200减80，可以的

很好的书，她的那本向前一步也是一本很好的书！

给老公买的，单位培训提供的书单

朋友推荐，值得阅读。喜欢

纸张不错，内容也不错，很喜欢

女性很多时候都是被生活压迫的不能把自己潜在的能量释放，多看看这些女性领导者，希望从中找到自己

是看到一个公众号推荐的，看看另一个女人怎样看待这个世界吧

好书好书！深刻不失励志！多看看没毛病！物流很给力！

饿了了了门饿了么了么了

一直想读的一本书，还没拆封，很期待的。

买了好多套，送给客户朋友的签单礼！

好好好，购物节买书非常划算大家来买吧好好好，购物节买书非常划算大家来买吧！

物流非常快，包装也非常好，，

好。 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

当天购买当天到货，真给力！

这书师是买来送给妹妹的，老师假期布置的阅读作业，听说买书我是最乐意效劳的，因为读书是一生中投资最小回报却最大的事情，读书是要坚持一生的事业。

物有所值，字迹清晰，不错。快递给力

看了十来页，要继续坚持阅读打卡。

我其实就是来完成评论的。

京东快递越来越差

物流超快，包装完好，马上开读！

好书.很喜欢.....

不错不错不错不错不错不错

值得读的一本励志书籍

我的肺叶，限制了我思考的能力，甚至呼吸的能力。”谢丽尔的朋友、沃顿商学院知名心理学家亚当·格兰特告诉谢丽尔，我们可以采取一定的方法，一步步从支离破碎的不幸与灾难中复原。我们不是生来就拥有复原力的，复原力需要我们在后天培养和提升。本书将谢丽尔的个人经历与亚当关于培养复原力的开放性研究结合起来，进行了深入分析及阐述。谢丽尔向我们敞开心扉，从她发现丈夫猝然倒在健身房的地板上开始，描述了她在丈夫去世后感受到的极度悲伤和孤独。然而，本书并没有局限于谢丽尔的个人经历，而是从更广泛的层面去探讨我们该如何克服人生中的逆境，包括疾病、失业、性侵、自然灾害、战争、暴力等不幸。同时，来自不同群体的案例也揭示了每个人都可以培养及提升内在坚韧的复原力，并且拥有重获快乐的能力。复原力源自我们的更深层次的内在，也来自外部的支持。即便经历了毁灭性的打击与不幸，我们仍可能找到更多的人生意义，并且学会感恩，从而获得成长。本书还提供了诸多极具实践性的方法，启发我们积极地帮助他人，培养自己的同理心，乐善好施，教育出更加坚毅的孩子，创建具有复原力的家庭、职场和社区。

不错不错不错不错不错

物流超快，睡前书单。

社交之王告诉你社交的本质，社交是人的本质需求

这本书主要探讨了，在职场中的女性要向前一步去克服外界的成见以及自我的束缚，摆脱内心恐惧。

质量不错，送货快

大收获（货），慢慢读。

在京东商城上这个做活动的时候买的，快递转天即到，外包装是一层膜没有破损，特价活动比较合适，比去商场购买省时省力，支持京东！

很好，很值得女性看的一本书

包装很完整，没什么问题

看来很不错，应该是正版。

小草偷偷地从土地里钻出来，嫩嫩的，@的。园子里，田野里，瞧去，一大片一大片满是的。坐着，躺着，打两个滚，踢几脚球，赛几趟跑，捉几回迷藏。风轻悄悄的，草软绵绵的。

学无止境，很不错，京东送货很快

包装无破损，物流给力

“最终塑造我们的，是我们所经历的那些艰难时光，而非浮名虚利。我们所经历的每一次挫折，都会在灵魂深处种下坚韧的种子。我们记忆深处的每一次苦难，都会在日后成为支撑我们走下去的力量”——桑德伯格2016年在伯克利大学的毕业演讲词

还没看，需要好好读书了

我最欣赏的事业女性，不张扬但思想境界极高

不错不错，买买买，活动就是给力，继续

还没开看，也许不错。

最近很喜欢买人物传记，很赞！

特别棒，相见恨晚，喜欢要成功也要受欢迎。生活，事业～

说点什么，就是很正常，达到平均水平以上，好评。习惯好评。对于女性来说很值得一看，目录倒不是特别吸引人，但还是值得认真看

朋友生日作为生日礼物给她买的非常好。

不错不错不错 挺好的

介绍女性的职场选择的，看了下挺不错

不错内容不错通俗易懂 不错内容不错通俗易懂
不错内容不错通俗易懂 不错内容不错通俗易懂

很好很好很好很好很好很好很好很好很好很好很好很好很好很好很好很好很好很好很好
很好很好很好很好很好很好很好

加油！女人，共勉，向前一步

由于京东高效及快速的服务，每次都买很多的书，停不下来，因为京东太棒了，希望京东坚持高品质的服务，我们继续支持京东！

好好好好好好好好好好

谢丽尔.桑德伯格是我非常喜欢的一位女性

针对女性的励志书，正在学习中

看看再说吧，还不错

女性会为管理模式带来什么样的变化

我的意思吗你是我最大的问题是现在没有时间限制吧我去看看你现在的样子啊你怎么那么不小心呢啊我的错啊我也不知道啊嗯嗯我知道啦！

够看一阵了，哈哈，快给我京豆

好书，值得推荐，互联网思维致胜！

理智的女性书籍 值得一看 共勉

不错，激励人心，思考人生

雪莉·桑德伯格是很好的管理者，相信真相，向前一步

还不错的书，还不错的书，还不错的书，还不错的书，还不错的书，还不错的书，还不错的书，还不错的书，还不错的书，还不错的书，还不错的书，还不错的书，还不错的书，

快递送货快，内容值得一看！

在京东购物就是方便，好快。

希望能从中吸取养分

京东购物快捷方便，物美价廉，京东的配送人员，态度极好，速度快，很好的购物体验！

这本书买了还没有看，但这个名字非常的吸引人，向前一步会让人有无限的遐想，向前一步，人生可以更进步，壮壮，你怎么回事儿？

一共买了八本书，多看书，丰富我的生活！

经常在京东购买书籍，不错！

很好的一本书 值得一看

学习，学习，学习，努力，努力，努力！

在京东上买了好些书。纸质不错。一直信赖京东。也没有错别字。态度很好

拔草拔草拔草拔草拔草拔草拔草拔草拔草拔草拔草拔草

可以可以照片用消遣闲书

作者是马克.扎克伯格的左膀右臂，Facebook首席运营官谢丽尔.桑德伯格。

价格实惠，能开增值税专用发票，而且物流也快，京东购物就是给力。

这本书是我一直想要了解的东西，感同身受，很受鼓舞，非常不错的一本书

给别人买的，好几个朋友同事选了之后本书，应该还是很不错的书籍吧

读书人的心灵是可以随意游弋的。当你拿起一本书的时候，你便会走进不同的世界。在这里面，我们观看着别人也审视着自己，读书是净化思想的一剂良药。读书吧！

书不错的，孩子很喜欢，物流也挺快的。让读书成为我们生活的一种习惯！

很开心收到书了，书的质量很好，赶上活动价格合适。发货快物流给力，以后还会继续光顾。

感谢京东，让我们享受如此饕餮盛宴！信任京东，书品、服务方方面面几近完美！祝福京东，陪伴我们的生活永永远远！

[直面挑战 \[Rising to the challenge\]_下载链接1](#)

书评

[直面挑战 \[Rising to the challenge\]_下载链接1](#)