

《挺身而進》

图书基本信息

《挺身而進》

内容概要

《挺身而進》

作者簡介

《挺身而進》

書籍目錄

各界推薦

前言 心的革命

我們限制了自己嗎？

第一章 領導抱負的落差

如果你毫無畏懼，你會怎麼做？

第二章 往桌前坐

自信，有時候需要弄假成真

第三章 要成功，也要被喜愛

聰明很好，但是不會讓你特別受歡迎

第四章 工作不再是爬階梯

如果有人讓你上火箭，別問位子在哪裡

第五章 尋找人生導師

請準備充分，沒有人有時間牽著你走

第六章 真情流露，更勝於完美

痛苦得知真相，遠勝過無知的快樂

第七章 別一路踩著煞車

如果我們一起上太空，誰幫忙照顧小孩？

第八章 伴侶，是人生的夥伴

女人能做的事情，男人也能做

第九章 兼顧一切的迷思

完美是我們的敵人，女超人是我們的勁敵

第十章 讓我們攤開來談男女有別

我們最大的盲點，是相信自己很客觀

第十一章 我們 vs. 我們的改革運動

地獄裡有特別一區，留給不幫女人的女人

結語 讓我們繼續交流……

謝辭

注釋

《挺身而進》

精彩短評

- 1、很棒的書
- 2、鸡血类读物，同事姐姐借的，不过anyway，每个人的成功都是不可复制的。
- 3、“我们应该要加速，把脚放在油门上，直到必须做选择的那一刻。唯有如此，当决定的时刻到来，你才是真的在做选择。”
- 4、看了第一章，觉得很不错，女性的确应该先从思想上自我觉醒，才有可能实现真正的男女平权。
- 5、协调平衡与自我突破，确实自我的限制会更不容易认识到～书还是台湾版的好看
- 6、女性鼓励女性的女权抬头励志书籍:)
- 7、怎樣突破外在環境的固限。怎樣突破自己加諸自己的固限？
- 8、對於女性遭遇的種種，我喜歡這種實用的東西與經驗分享。有些句子即刻就能發揮功效。它暢銷的程度不可小覷，尤其在香港中區、灣仔這些寫字樓密集地帶，書店很容易就賣斷貨，大家如飢似渴的程度顯然原諒了那不夠怎麼樣的翻譯。
- 9、作为心灵鸡汤式的励志书籍，实在是一般，令人失望
- 10、全书思维：要勇敢迈进，say yes, then be better. 另，她其实并不是在教女性跟男人一样雄性动物，而是在教女性变得更柔软更有power更温柔.
- 11、翻譯有好多紕漏啊.不過的確是不錯的書,很多地方可以學習
- 12、不错。职场上的性别歧视容易被忽视。那个heidi howard study是个很好的例子。女性的成功与被喜爱往往成反比。
- 13、维护这样一种脆弱的平衡，需要不停的沟通，保持坦诚和宽容。非常适合现阶段的自己。
- 14、有看書的習慣，當我和同事表明已經沒書看時，她向我推薦這本，並說會受益良多。確實如此，女性在職場和家庭的角色不同但是這並不代表，女性不可同時兼得，更多是需要自己的規劃以及家人的支持。
- 15、第一次下了kindle简体中文版根本看不进去，但是周边看完的女生朋友都强烈推荐，我想可能是翻译问题就跑去诚品买了台版。结果飞机上一口气读完，向来都不看这种太实用的书，不过现在正好碰上还挺适合这个阶段的自己。
- 16、完成比完美重要
- 17、如果有十星 我会毫不犹豫的给十星 不可多得的好书 我看完了中文版又去看了英文原版 这是一本值得看完一遍又一遍的书 在你任何迷茫和面临选择的时候 你都会受到启发或者找到答案 我最喜欢书中的一句话是 what will you do if you are not afraid?
- 18、“地狱里有特别一区，留给不帮女人的女人。”这是最后一章里的。心容、吝啬、看不惯他人过的比自己好的女人，注定没人爱，注定孤独一生不会幸福。
- 19、前面几章很受用
- 20、感觉一个女人的成功，也离不开另一半的支持，可惜另一半也离她而去，持续关注后续发展。
- 21、有點慚愧，今年只讀了這一本書.....
- 22、女性职场励志的好读物。你想要什么样的生活就需要做出什么样的努力。不一定每个人都需要变成女强人，但女性应该勇敢的去拥有自己想要的生活。印象深刻：女性面对的许多障碍，追根究底都是因为内心恐惧。想想，如果你毫无畏惧，你会怎么做。然后，放胆去做!
- 23、女人同样也可以活的那么精彩
- 24、这个人比这本书更具启发
- 25、現在終於知道自己原來一直那麼不安是因為我是impostor syndrome的一份子

1、當台灣版《挺身而進》在2013年9月推出的時候，坊間好評不絕。Facebook營運長桑德伯格（Sheryl Sandberg）這部半自傳式的著作最初在英語世界出現時，已頻頻登上暢銷書榜，翻譯成中文後，又在大中華地區引起不小的迴響。直到中文版面世三年後，我才拿起這本書來讀，一來因為對所謂的勵志類或心靈雞湯讀本有些抗拒（事後我才發現這書與通常意義上的心靈雞湯讀本並不相同），二來由於前段時間韓劇《太陽的後裔》熱映，重又引起我對於女性議題的思考。將書中桑德伯格鼓勵的「往桌前坐」的積極態度，與《太陽》一劇中女主角姜暮煙的性格與待人接物的方法對照來看，竟也異常契合。不得不說，如今的歐美及亞洲地區，人們對於女性及女權等問題的思考越來越頻繁且深入，連我印象中動輒哭哭啼啼的韓劇，講起愛情故事來，也不再是「女弱男強」的舊模式了。《挺身而進》中，桑德伯格將內容分作「職場」與「生活」兩個面向，將女性角色設定在三種情景下：工作時，面對伴侶，以及面對孩子。她試圖強調的是，新世代的女性如何將這三種情景中衍生出的三種身份糅合互動，以達到最舒服及最具創造力的樣態。女性不同身份之間的關聯及互動，無疑是本書的亮點所在。我之所以認為這不是傳統意義上的心靈雞湯讀本，因為作者不想告訴你如何成為霸氣凌人的女高管，也不想向你傳授所謂的「馭夫術」，更無意強化「家庭主婦必定低人一等」這類久已有之的偏見，而是希望每位女性在平衡理想與現實、事業與家庭的時候，都能夠遵從己心，做出適合自己的選擇。你可以既是一名優秀員工，又是好妻子以及稱職的媽媽。這些看似對立的身份之間，其實有頗多交集：與丈夫及孩子的溝通方法，同樣可以用來應對工作上的人際關係。當然，「平衡」與「溝通」這些事，說說容易，做起來卻並不簡單。桑德伯格選用自己以及身邊人的大量事例以及社會學研究論文中林林總總的數據，以期強調女性該如何突破兩種既定的固限：一種來自外部環境，另一種源於內心。通常，我們討論「男女平權」這類社會議題的時候，通常將重心放在客觀條件的不公正、大男子主義以及來自他處的輿論壓力等等，往往有意或無意地忽略了自己的內心。殊不知，不少女性無法實現自身價值的緣由，不僅僅因為外部環境已有的固限，而是她們在朝著目標前行的路上，無法突破自己加諸自己的種種固限。換句話說，很多時候是女性自己而非身邊人，將她們擺在陪襯的、從屬的位置上。也因為這種預設的膽怯及缺乏自信，許多女性並不敢行出第一步，或理所應當地認為應該由男性行出第一步，故而與眾多機會擦肩而過。作者在書中不斷引導讀者破除「刻板成見」的諸多影響，既不希望以女權主義「綁架」或要挾男性做出種種順從乃至討好女性的舉動，也不願意看到女性因為缺乏自我了解與自信，將原本可以擁有的機會、姿態以及主動權拱手讓人。在她看來，兩性之間真正舒適且愉悅的關係，在於沒有任何一方主動將自己擺在弱者的位置上等待布施或憐憫，也不應有任何一方有膽量將自己置於不容置疑的權威語境中。唯如此，才能打破固化家庭與工作中固化的男女關係，令到不同個體與不同群落的相處，可以擁有流動的、不斷調校的樣態。看過《太陽的後裔》，不少觀者被男主角柳時鎮大尉時而賣萌時而沉靜果敢的獨特氣質吸引，我卻對女主角姜暮煙印象深刻。初遇時，兩人原本互生好感，只因柳時鎮「無條件執行命令」的軍人身份與醫生姜暮煙救人性命的職業操守相去甚遠，姜暮煙不得不選擇離開，臨別時說了這樣一句：「這樣的一場相遇，並不是我所期望的。」因為足夠的自知及自信，她才能在面對緣分將盡的時候，沒有過多的淚水及掙扎，選擇向前或後退，均灑脫自在，盡由己心。正如桑德伯格在書中所說，承認不完美的現實，再學習接納與自洽，學習掌握生活的節奏，是需要窮盡畢生心力去了悟的課題。（原文刊於香港《文匯報》讀書版，2016年5月23日。）

《挺身而進》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu111.com