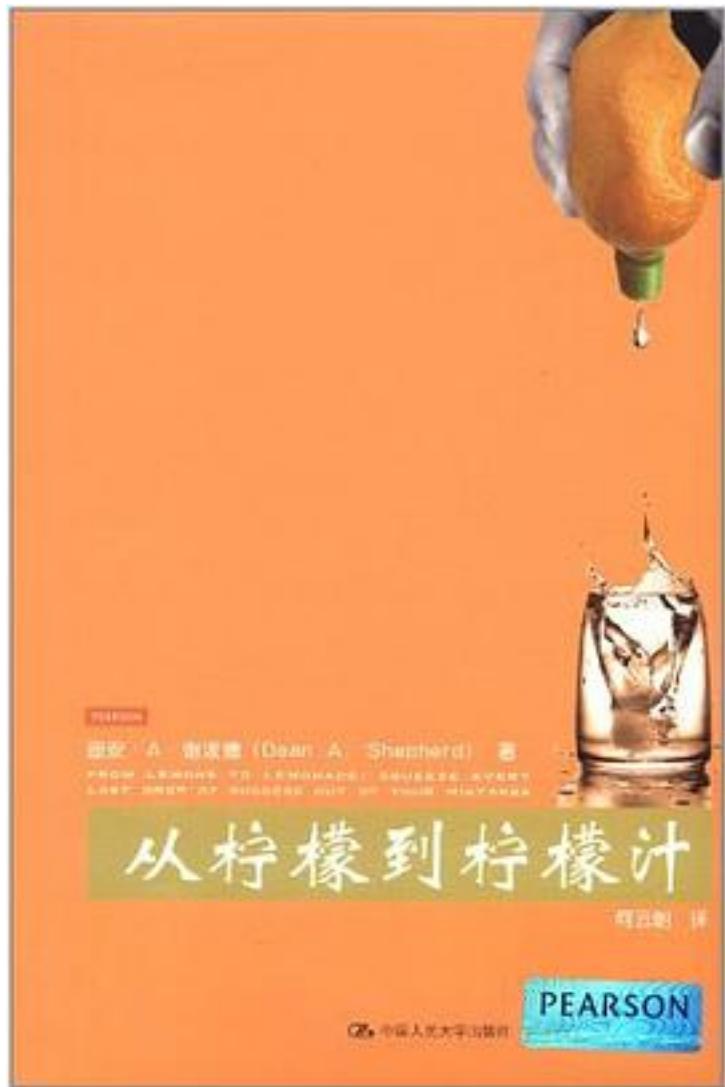


# 从柠檬到柠檬汁



[从柠檬到柠檬汁\\_下载链接1](#)

著者:迪安·A·谢泼德

出版者:

出版时间:2012-1

装帧:

isbn:9787300149974

《从柠檬到柠檬汁》内容简介：我们都曾有过失败的经历，都希望能够从失败中吸取经验教训，正如一句西方谚语所说的：从柠檬中挤出每一滴柠檬汁。但是总结失败的经验教训并不是每个人天生的本领，而是后天习得的一种技能。《从柠檬到柠檬汁》可以帮助读者学习遇到失败时如何调整情绪、冷静思考，如何分析原因、总结经验教训。

迪安·A·谢泼德教授潜心研究了几百位经历过失败与成功的企业家，总结了在挫折面前控制情绪的有效方法。学会这些方法，可以从容地面对失败，迅速摆脱低落情绪，勇敢地面对未来。

作者介绍：

目录：

[从柠檬到柠檬汁 下载链接1](#)

标签

心理学

励志

自我管理

情绪管理

情绪

2010s

评论

样书审读

凑合事儿，绕来绕去，车轱辘话

遭遇失敗後,不反省自己,而是挑別人的毛病,很可能會再犯同樣的錯誤。面對失敗的殘酷現實,要懂得調整自己的情緒,設法減輕挫敗感,縮短消極情緒的持續時間,以便用冷靜的頭腦分析失敗的原因。

行动胜于言

[从柠檬到柠檬汁 下载链接1](#)

书评

[从柠檬到柠檬汁 下载链接1](#)