

<<成功者必备的10大商数>>

图书基本信息

书名：<<成功者必备的10大商数>>

13位ISBN编号：9787563929719

10位ISBN编号：7563929711

出版时间：2012-3

出版时间：北京工业大学出版社

作者：苏山

页数：260

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：<http://www.tushu007.com>

<<成功者必备的10大商数>>

内容概要

通常我们在探讨成功人士或是评价一个人为人处世的能力时，常常提到“智商”、“情商”。其实，人生的成功架构应该有“10商”，而“情商”、“智商”只是其中的两项，所以，我们要了解“10商”、具备“10商”。用“10商”来经营自己的人生，我们一定会获得成功、实现梦想。

<<成功者必备的10大商数>>

书籍目录

第一章 情商(EQ)

发现情商

成功,从情商开始

认识你自己

不要做情绪的奴隶

学会制怒,才不会受伤害

有效运用你的记忆库

给自己的心灵松绑

培养冷静自制的心理习惯

不能为了迎合他人而丧失自我

抽出时间,进行自我反省

第二章 智商(IQ)

智商的分类及智商的构成

成功者都是善于思考者

任何难题的解决都有赖于思考

正确思考才能正确决策

机智是人生的百宝箱

思考有方法,更要有技巧

第三章 逆商(AQ)

逆商的形成

不同的逆商,不同的表现

挫折是生命之海的小浪花

一切逆境都不会持久

正视生命中的挑战

遇到困难,积极乐观地解决它

学会站在烦恼里仰望幸福

在压力下造就非凡

积极的心态,成功的动力

第四章 德商(MQ)

品德是信誉的担保

感恩,是一种生活智慧

豁达一点,你会活得更轻松

以和为贵,是处世的睿智

能屈能伸才是大智慧

低调是睿智的处世哲学

坦然面对,接受现实:

学会宽容,亮出你的风度

学会容忍,学会克制

和睦相处,平等待人

幽默是一种做人的境界

第五章 胆商(DQ)

第六章 财商(FQ)

第七章 心商(MQ)

第八章 志商(WQ)

第九章 灵商(SQ)

<<成功者必备的10大商数>>

第十章 键商(HQ)

<<成功者必备的10大商数>>

章节摘录

人在遇到外界的不良刺激时，难免情绪激动、发火、愤怒，这是人的本能的生理和心理反应。但你不可放纵这种激动的情绪，因为它可能使你丧失冷静和理智，不计后果地做事。

生活中我们常见到当事人因不能克制自己而引发争吵、咒骂、打架，甚至出现流血冲突。有时仅仅是谁踩了谁脚，一句话说得不当，在地铁里抢座位，在公交车上挨了一下挤，都可能成为引发一场口舌大战或拳脚演练的导火索。

在社会治安案件中，相当多的案件都是由于当事人不能冷静地处理微不足道的烦琐小事而发生的。阿芝。

瓦尔蒂是一名警察，这天晚上他身着便装来到市中心的一家烟草店门前，准备到店里买包香烟。这时店门外一个叫让·皮埃尔的流浪汉向他讨烟抽，瓦尔蒂说他正要去买烟，皮埃尔认为瓦尔蒂买了烟后会给他一支。

当瓦尔蒂出来时，喝了不少酒的流浪汉缠着他索要烟。

瓦尔蒂不给，于是两人发生了口角。

随着互相谩骂和嘲讽的升级。

两人情绪逐渐激动。

瓦尔蒂掏出了警官证和手铐，说：“如果你不放老实点，我就会给你一些颜色看。”

皮埃尔反唇相讥：“你这个混蛋警察。

看你能把我怎么样？”

在言语的刺激下，两人扭打成一团。

旁边的人赶紧将两人分开，劝他们不要为一支香烟而发那么大火。

法庭以故意杀人罪，对瓦尔蒂作出判决，他将为自己的冲动行为付出沉重代价。

流浪汉死了，警察坐了牢，起因是一支香烟，罪魁祸首是失控的情绪。

生活中，很多人没有冷静自制的习惯，他们总是放纵自己的情绪，结果惹出了很多是非，警察瓦尔蒂和流浪汉的悲剧就是其中之一。

不能冷静自制，还可能让自己在竞争中失败。

有时候，我们可能会遭到对手的恶意攻击，这会让我们处于尴尬的境地。

此时，能否有效控制情绪，显得非常重要。

在20世纪60年代的美国，有一位很有才华、曾经做过大学校长的人，准备竞选美国中西部某州的议会议员。

此人资历很高，又精明能干、博学多识，看起来很有希望赢得选举的胜利。

在选举中期，有人散布着一个谣言：三四年前，在该州首府举行的一次教育大会中，他跟一位年轻女教师“有那么一点暧昧的行为”。

这实在是一个弥天大谎，这位候选人对此感到非常愤怒，并尽力想要为自己辩解。

由于按捺不住对这一恶毒谣言的怒火，在以后的每次集会中，他都要站起来极力澄清事实，证明自己的清白。

其实，大部分的选民根本没有听到过这件事，但是，后来人们却越来越相信有那么一回事。

公众们振振有词地反问：“如果你真是无辜的，为什么要百般为自己狡辩呢？”

这等于是火上浇油，这位候选人的情绪变得更坏。

他总是气急败坏、声嘶力竭地在各种场合下为自己洗刷冤屈，谴责谣言的传播者。

然而，这却更使人们对谣言信以为真。

最悲哀的是，连他的太太也开始转而相信谣言，夫妻之间的亲密关系被破坏殆尽。

最后他失败了，从此一蹶不振。

.....

<<成功者必备的10大商数>>

编辑推荐

人生10大商数，一个都不能少！

拥有10大商数，注定成为赢家！

权威的商数概念，揭开成功背后的真相！

商数修炼，提升人生境界，开拓成功新思路。

只要努力提高“10商”，追求全面、均衡发展，一定能够实现您的愿望。

<<成功者必备的10大商数>>

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:<http://www.tushu007.com>