

## <<你不可不知的情商>>

### 图书基本信息

书名：<<你不可不知的情商>>

13位ISBN编号：9787801754097

10位ISBN编号：7801754093

出版时间：2006-3

出版时间：长安出版社

作者：李峰

页数：215

字数：250000

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>

## <<你不可不知的情商>>

### 内容概要

情商是一个心理学概念，开发和改善情商，对于公务员、企事业员工，以及那些正在努力奋斗渴望改变自己命运的人们，都有着非常重要的意义。

但是，市场上的有关EQ的书籍专业化、理论化都比较强，为方便读者阅读，本书力求深入浅出，并不失原著的精髓，让读者轻松地领悟情商的无穷魅力。

## <<你不可不知的情商>>

### 书籍目录

情商知多少 情商决定命运 情绪与情感 精神和思想的力量是无穷的了解自我 了解生活的意义  
要有积极的自我意识 反省助你认识自我 潜意识带给你的帮助 找到你的“内心倾向” 人贵有自  
知之明 清楚自己的价值观 不要陷入自我攻击的泥沼控制自我 心理的巨大力量 恐惧是人类的大  
敌 你能掌控你自己 经受逆境历练 告别愤怒情绪 内疚自责无济无事 冷静对待嘲讽 吃不到葡  
萄就把它想成是酸的激励自我 懂得自我激励的价值 自信的人才会成功 给自己一个未来——确立  
目标 乐观是一种高贵的品格 自我暗示的激励作用 正确认识你自己的价值 主宰你自己了解他人  
情绪 善于倾听，才善于了解 在交谈中获得信息 眼神里藏着什么 一举一动传信息 了解情绪的  
转移人际交往的态度 宽容是最高尚的精神援助.....情商的修炼附录

## <<你不可不知的情商>>

### 编辑推荐

影响一生命运的最关键因素！

80%EQ+20%IQ=100%成功！

1983年，哈佛大学心理学家霍华德·加德纳在《精神状态》一书中提出“人有多元智慧”，这被视为情商学说的启蒙。

1991年，耶鲁大学心理学家塞拉维博士和新罕布什尔大学的梅耶博士首次提出“情感智商”的概念。

1995年，《纽约时报》专栏作家丹尼尔·戈尔曼出版《情感智商》一书，将情商推向高潮。

成功是一个自我实现的过程，如果你控制了情绪，便控制了人生，认识了自我，就成功了一半。

——哈佛大学心理学专家丹尼尔·戈尔曼 仅有IQ是不够的，我们应用IQ来教育下一代，帮助他们发挥与生俱来的潜能。

——《情感智商》作者丹尼尔·戈尔曼 EQ已成为本世纪最重要的心理学研究成果。

——EQ创造人塞拉维博士和梅耶博士 让我们再进化一次，成为智慧的上帝1——美国EQ协会

<<你不可不知的情商>>

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>