

情商铸就精英



[情商铸就精英 下载链接1](#)

著者:彭书淮

出版者:蓝天

出版时间:2008-6

装帧:

isbn:9787509400395

《情商铸就精英》作者彭书淮，情商不是与生俱来的，通过有意识的相关训练，人人都可以提高。高情商者之所以更受欢迎，是因为他们能对自己和他人的情绪作出准确的判断，在此基础上见机行事，调整自己的言行，而低情商者则因无法认知自己和他人的情绪，在现实生活中常常碰壁。

作者介绍:

目录: 第一章 揭开面纱探秘情商 情商决定命运 情商的测试 情商的内涵 成功的杰克 情感与情绪 情感的产生 情绪的含义 情商的功能 情商是成功的基石 善于控制情绪 保持积极态度 瞄准一个目标 第二章 人际关系情感为基 宽容有无穷的力量 用宽容拯救自己 用慈爱解脱他人 投去关注的目光 记住他人的名字 给予真诚的赞美

笑看成败，心境坦然 庄子的智慧(1) 庄子的智慧(2) 平和换来成就 学会如何幽默
幽默能成大事 热忱与微笑的魅力 热忱是生命的动力 热忱可以战无不胜
微笑是最美的表情 微笑是无尽的财富 先有舍，后有得 掌握给予时的最佳方式
授之以鱼不如授之以渔第三章 认清自我 保持本色 主动自我剖析 人苦于不自知
内省进发潜能 建立自我心像 确定人生目标 旁观自我，笑对人生 当局者迷，旁观者清
保持本色，接受自己 回归真我，享受生活第四章 完善自我追求卓越 掌握自己的命运
不要被小事束缚了手脚 不要被常规禁锢了思想 不要被霉运挫伤了信心
不要被恶习牵着鼻子走 战胜逆境 逆境中蕴藏着潜能 逆境中保持进取心
山不过来你就过去 避免情绪化的危害 控制失败后的情绪 弯曲艺术与遏制愤怒 学会弯曲
避免争论 可怕的愤怒 不要乱生气 引导开怒火 调整情绪，放松心灵 转变消极的情绪
把烦恼丢到海里 镇静地面对羞辱 让心情快乐成长第五章 激励自我创造辉煌
自我激励是前进的助推器 自我激励的概念与方法 挥动生命的翅膀去翱翔
在逆境中爆发惊人能量 在绝境中能够屹立不倒 相信自己，为胜利而战
自信是成功的秘诀 理解深层次的自信 走出自卑感的阴影 挖掘潜意识的自信
乐观让你信心十足 乐观是必备的EQ 超越自我 没有最好，只有更好
目标使生命绽放光彩 求真务实，梦想成真 解放思想，肯定自己 做命运的主人
主宰自己，改变命运 准确无误的自我认定 清除障碍，稳定情绪
肯定人生，创造生活第六章 了解他人融洽关系 做个有魅力的听众 同理心式倾听
合格的聆听者 移情另有妙用 如何做好移情 语言外的交流 无声的身体语言
隐秘的表情信息 剖析他人的内心 靠揣摩说服对方 角色转换与情绪表现 识别角色的转换
判断他人的情绪 深思熟虑后下结论 切忌鲁莽行事 不要妄下结论 善于观察本质第七章
开拓创新培养情商 提高情商的境界 创造是情商的最高追求 成就与财富都源于创意
善于发展创造性的思维 工作情商 推销自己，卖个好价钱 了解上司，留条退身路
帮助领导，做个好助手 沟通下属，要有妙方法 充满乐趣，尽享好工作 爱的情商
你为什么离婚 男女的固定模式 劳燕分飞的原因 做爱人的好听众 儿童情商
培养孩子的同情心 参加情商教育班 让孩子尽情游戏
• • • • • (收起)

[情商铸就精英_下载链接1](#)

标签

心理学

评论

写得真一般。

[情商铸就精英_下载链接1](#)

书评

[情商铸就精英_下载链接1](#)