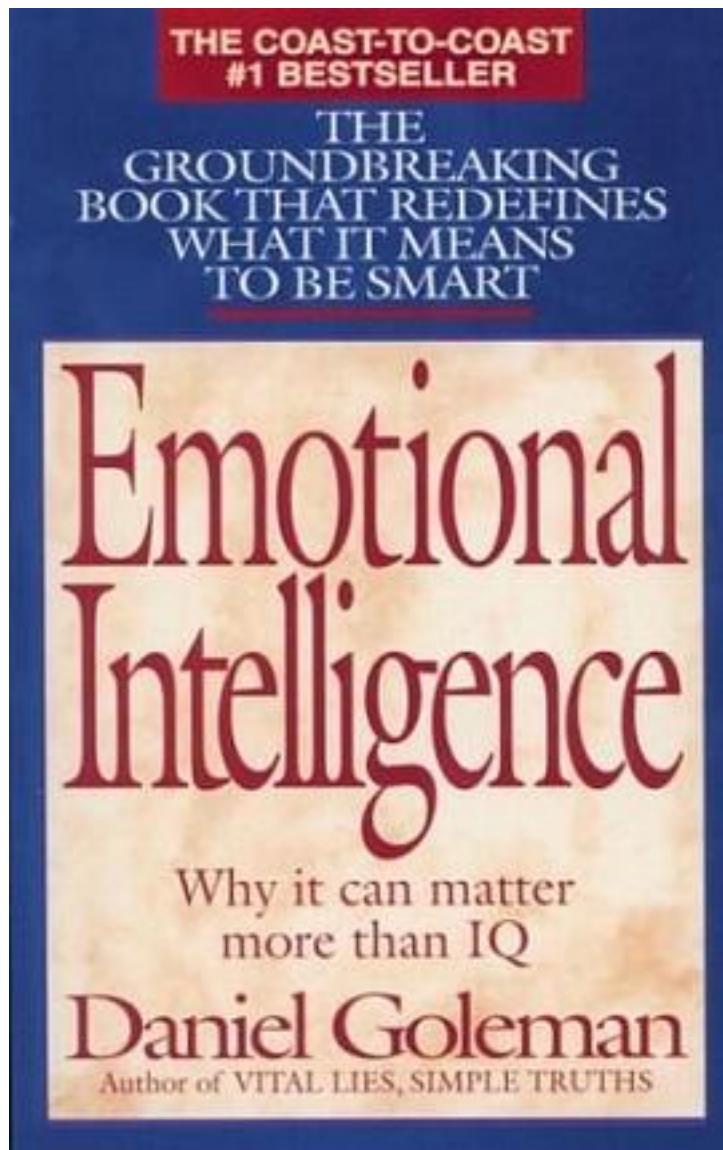


Emotional Intelligence



[Emotional Intelligence 下载链接1](#)

著者:Daniel Goleman

出版者:Bloomsbury Publishing PLC

出版时间:1996-9

装帧:Mass Market Paperback

isbn:9780747528302

The groundbreaking bestseller that redefines intelligence and success Does IQ define our destiny? Daniel Goleman argues that our view of human intelligence is far too narrow, and that our emotions play major role in thought, decision making and individual success. Self-awareness, impulse control, persistence, motivation, empathy and social deftness are all qualities that mark people who excel: whose relationships flourish, who are stars in the workplace. With new insights into the brain architecture underlying emotion and rationality, Goleman shows precisely how emotional intelligence can be nurtured and strengthened in all of us.

作者介绍:

丹尼尔·戈尔曼 (Daniel Goleman)

哈佛大学心理学博士，现为美国科学促进会研究员，曾四度获颁美国心理协会zui高荣誉奖项，并荣获美国心理学会终身成就奖。其经典著作《情商》，畅销逾1000万册，高踞《纽约时报》畅销书排行榜18个月。畅销著作除了《情商》之外，还有《情商2：影响你一生的社交商》、《情商3：影响你一生的工作情商》、《情商4：决定你人生高度的领导情商》、《情商5：影响人类未来的生态商》、《情商》（实践版）等书。

目录:

[Emotional Intelligence 下载链接1](#)

标签

心理学

英文原版

Psychology

社科

智慧

成长

原版

评论

我觉得首先这是个不用说的事实，其次，书真的写的让人读都读不下去，无趣，干涩的发紧

家长多看看，既能帮助自己，也有利于孩子的健康成长。本书的基础理论来源于Antonio Damasio的著作《笛卡尔的错误》——令人震撼而又振奋的书。

Anybody can become angry, that is easy; but to be angry with the right person, and to the right degree, and at the right time, and for the right purpose, and in the right way, that is not within everybody's power, that is not easy. ---Aristotle

相对于被翻译成中文版的此书来说，他的原版更加简洁。

[Emotional Intelligence 下载链接1](#)

书评

父母牺牲自己救小孩的事反映了人非绝对理性。

丘脑的信息走两条路：杏仁体，皮层。杏仁体通路更快，并且杏仁体可以独立指挥行为，这是情绪反映先于理性反映的原因。

边缘系统（皮层）的关键结构海马体记忆的是纯粹事实，而杏仁体记忆的是情绪反应（就是面对这个事实，当时产...

书没看完，暂不对内容本身作评价。但中信出版社出的这本《情商》有一个很恶心的地方，就是中间插入很多所谓“专家导读”（而且还是以很突显的方式）。先不论这些“导读”的专业性如何。这种方式就是你在看一部优秀的电影，旁边有个人隔不一会儿就在那高谈阔论，不管这个人是个...

可能是没有什么心思看这本书，不用一个小时就搞掂了，那些案例之类的都是飘过，因为多年经验告诉我，看那些案例的作用不大，看这本书是为了了解EQ究竟是怎样的，或者说想知道自己的EQ究竟高不高呢？

戈尔曼这本书理论和案例很多，所以看下去绝对会觉得闷。整本书通过解释大脑对...

這本書有兩部份，第一部份是用腦神經科學介紹情緒的來源，作者解釋得非常好。第二部份是用故事來解釋為什麼控制情緒那麼重要。問題是如果你如果有看過心理學的書，或者在大學有修過這，好多內容你已經知道。

而且我們這個年代基本上已經是共識EQ比IQ重要，再來作者沒有提供意...

用了一周的时间戈尔曼的《情商》读完，感触颇多。正如书名“为什么情商比智商更重要”而不是像市面上那些单纯提及“高情商的XX条准则”或“怎样才算是高情商”等空洞之书。《情商》建立在科学理论以及实验研究之上，旨在向读者揭示一个真实感性的
情绪世界，所以，我觉得这本书...

当然题目对大部分来说可能夸张，对我来说最多是有过之而无不及。请任何一位过路朋友不要参考此篇读后感对书产生任何印象。所以就没有必要看此自评了。

这本书，我大致用了十二天才读完，从来没有一本书在看完之后依旧觉得这么举步维艰。我先说说自己在阅读中的感受吧，希望能...

- 1、情商EQ的正确表述是“情绪智力”，在加德纳的“多元智能”之后发展起来的。
- 2、情商包括五个方面：察觉自己的情绪能力、管理情绪、自我激励、察觉他人情绪能力、人际交往。所以，误将EQ=厚黑的人，可以休矣。
- 3、成年人可以轻松接受情商的理念，但习惯改起来很慢；孩子不...

作者说，情商，用更确切的词来说，是情绪智力。

我们对情绪都有所了解，但并不是所有人都能够很好地感受他人的情绪，以及驾驭自己的情绪。明明对方已经很愤怒了，有的人还在说刺激的话，或者做出挑衅的行为。更不幸的是，有时候双方都是如此。结果当然大家很容易想到了，一点...

古文总结四句话：知人者智，自知者明，胜人者有力，自胜者强。四个关键词：自我意识、情绪管理、同理心、建立人际关系。

外国人著书讲究客观、详实、科学验证；中国人著书讲究凝练、普世、超脱小我。边读边印证，还是挺有趣的。...

丹尼尔·戈尔曼的《情商》，乍一看像本成功学畅销书（确实也很畅销），书名也像，但是看了几页后就开始发觉，这是一本实打实的关于情绪管理的学术著作。作者认为，除了我们传统重视的认知智力之外，其实还有更重要的情绪智力，也就是情商。书很厚，有三百多页，但核心就讲了...

这本书让我反思了自己的行为。

我应该是患有轻微的非言语信息障碍…这不是重点，重点是过去我是个极为忠于自己内心的人，不掩饰自己的情绪，真实到残忍，但随着年龄的增长，我开始不由自主的在一些事情上顺从他人的意志，学会了所谓的以大局为重。也许会有人说这叫成熟，但这也...

本书主要是讲理论，特别是大脑控制情绪的关系，专业性比较强，书中还介绍了好多理论体系，对于外行来说是有难度的。只是单纯想知道怎么提高情商的读者这本书不是最佳选择。我读的是十周年改版的但是没有专家解读。完整性倒是很充分。

情商：为什么情商比智商更重...

这本书虽然说是在1995年第一次提出了“情商 (Emotional Quotient) ”的概念，但必须坦诚的是，情商并不是一个新创的概念，完全照搬了情绪智力 (Emotional Intelligence) 理论，或许情商也许只是一本书的名字而已。更有意思的是，这本书的英文名本来就是情绪智力 (Emotional Int...)

[Emotional Intelligence 下载链接1](#)