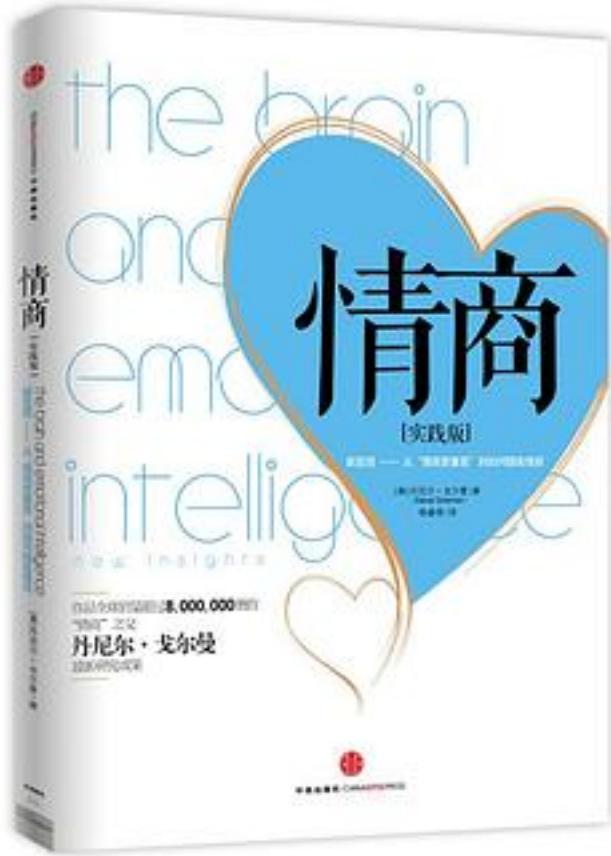


# 情商



[情商 下载链接1](#)

著者:陈琛

出版者:黑龙江科学技术出版社

出版时间:2008-8

装帧:平装

isbn:9787538857818

《情商:决定一生成败的最关键因素》不仅向读者介绍了有关情商的知识，还介绍了许多相关的情商测试方法，在此提醒读者，不要对情商测试结果过于相信，毕竟情商是很复杂的，很难用一个简单的测试来判断一个人驾驭情绪的全部能力。人们认为，智商决定录用，情商决定提升，这一说法在某种程度上反映了企业组织中的人力资本管理事实。

。在美国流传着这么一个笑话：智商为零的人能够做什么？答案是“总统或CEO”。这当然是个笑话，但也说明了一个人的成功与非智力因素有着很重要的关系。

作者介绍：

目录: 第一章 发现情商：你的情商你不知

- 一、别再轻视情商
- 二、情商为成功提供燃料
- 三、为什么高智商没有高成就？
- 四、情商的无穷魅力
- 五、你的情商你决定

自我测试：了解一下你的情商

第二章 激发情商：沉浮人生中有砥柱

- 一、由《阿甘正传》说起
- 二、高EQ者的制胜法则
- 三、脱离自我攻击的怪圈
- 四、生命因为梦想而丰富
- 五、成功，要热忱，肯行动

自我测试：你能成功吗？

第三章 识破自己：你就是一座金矿

- 一、斯芬克斯：人，认识你自己
- 二、要时常做自己的旁观者
- 三、坦然面对自己的缺陷
- 四、要学会“吾日三省吾身”
- 五、认清自己的价值观
- 六、赏识自己，挖掘潜能
- 七、衡量自己，量力而行
- 八、完善自己，发挥极致

自我测试：你了解自己吗？

第四章 情绪自控：学会做情绪的主人

- 一、认识自己的情绪，受益一生
- 二、学会情绪自制，驾驭命运之舵
- 三、做卓越的情绪管理专家
- 五、不要迁就你的愤怒
- 六、用力甩掉忧虑的包袱
- 七、恐惧是魔鬼，免于恐惧
- 八、妒火中烧伤自己，消除你的嫉妒
- 九、打消你的猜疑

情绪自测：看看你的自制力

第五章 观色观人：感受他人内心

- 一、知己知彼，百战不殆
- 二、将心比心，移情换位
- 三、透视表情举止，阅读他人内心
- 四、眼睛是心灵的窗口
- 五、听得懂的“弦外之音”
- 六、通过穿戴来洞悉他人
- 七、学会感受他人情绪

自我测试：你值得信赖吗？

第六章 逆境情商：逆境中也能飞扬

- 一、最难打败的敌人是自己
- 二、享受苦难，苦难也是福
- 三、挫折并不等于失败

- 四、天无绝人之路，乐观迎接曙光
  - 五、练就永不言败的精神
  - 六、走自己的路，让别人去说吧
  - 七、永葆进取之心
- 自我测试：你的意志是否坚强
- 第七章 自我激励：把自己激发成“超人”
- 一、自我激励的价值
  - 二、为自己的人生树立目标
  - 三、明确认识自己的价值
  - 四、不幸造就卓越，失败提炼成功
  - 五、自信是攀登成功的阶梯
  - 六、积极的自我暗示
  - 七、坚持信念，迎接胜利
- 自我测试：看看你的自信力
- 第八章 沟通情商：你的沟通可以更有效
- 一、提升自己的情绪感染力
  - 二、委婉和含蓄的人际魅力
  - 三、把微笑传递给每一个人
  - 四、宽容是最大的美德
  - 五、多站在别人的角度看问题
  - 六、欣赏并认可他人
  - 七、幽默，人际交往中的润滑剂
- 自我测试：看看你的人际情商
- 第九章 工作情商：让你在职场中游刃有余
- 一、让工作成为你的快乐源泉
  - 二、培养你的责任心
  - 三、注重细节的工作情商
  - 四、怎样和上司沟通
  - 五、善于表现自己
  - 六、竞争是提升自己的资本
- 自我测试：看看你的工作情商
- 第十章 团队情商：让你在和谐中共赢
- 一、尊重别人就是尊重自己
  - 二、热情关怀你的同事
  - 三、学会赞美你的同事
  - 四、闲谈莫论人非
  - 五、将自己融入团队
- 自我测试：团队精神测试
- 第十一章 领导情商：学会做航行的舵手
- 一、好领导是企业运行的加速器
  - 二、怎样了解你的下属
  - 三、掌握批评下属的艺术
  - 四、加大你的感情投资
  - 五、谦虚接受反对意见
  - 六、集思广益，善于倾听
  - 七、领导不要不可一世
- 自我测试：领导能力测试
- · · · · (收起)

[情商\\_下载链接1](#)

标签

评论

---

[情商\\_下载链接1](#)

书评

---

[情商\\_下载链接1](#)