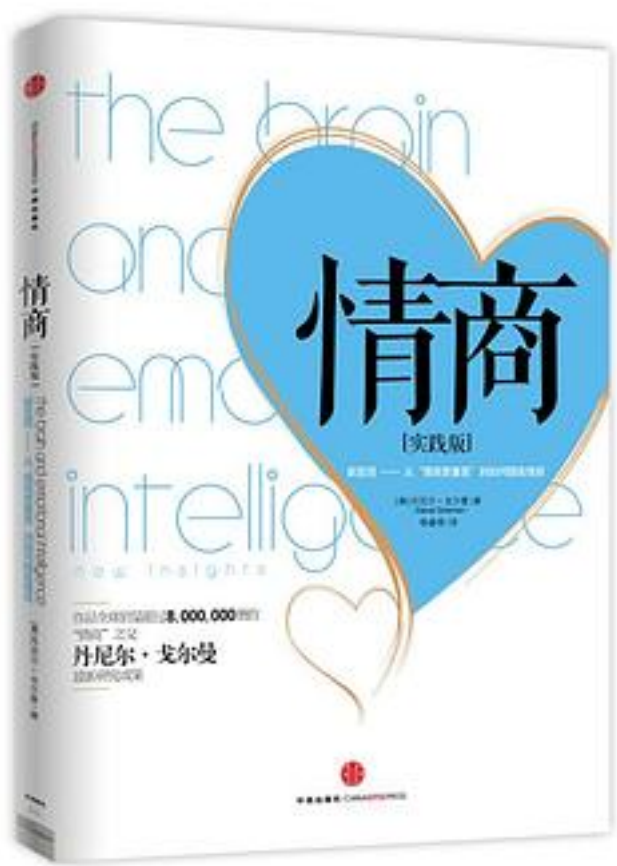


情商



[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：你就像一座金矿

- 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，消除你的妒嫉
- 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](#)