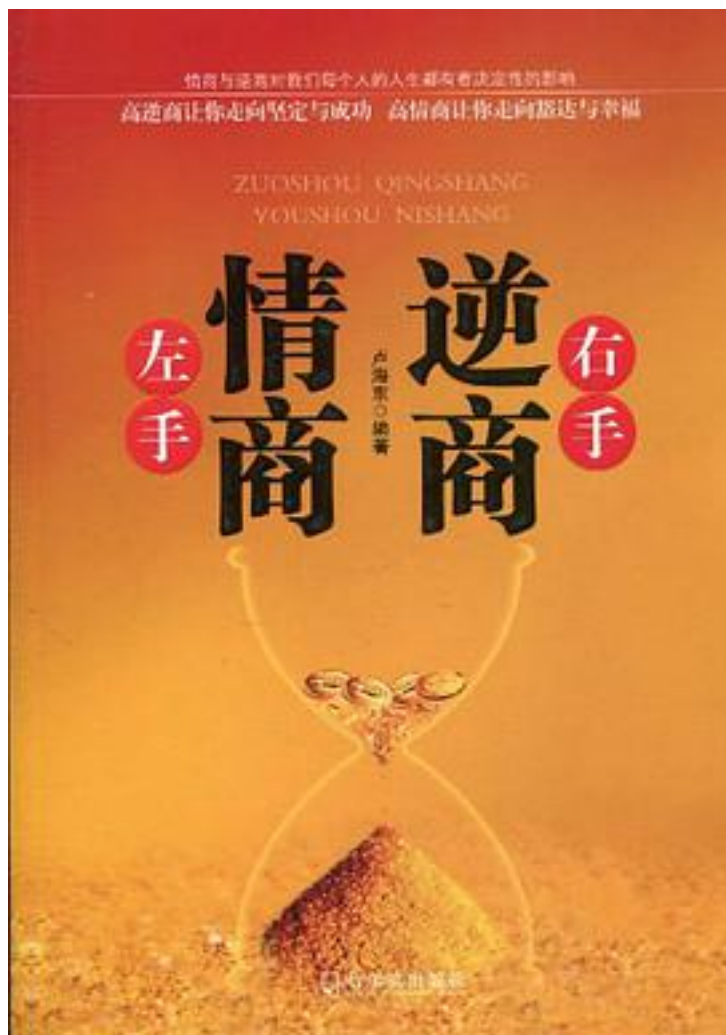


左手情商右手逆商



[左手情商右手逆商_下载链接1](#)

著者:卢海东

出版者:哈尔滨出版社

出版时间:2010-4

装帧:简装

isbn:9787807539513

《左手情商右手逆商》内容简介：不管你是否相信，也不管你是否已经意识到，都无法

否定这样一个事实：情商与逆商对我们每个人的生活都有着决定性的影响。情商与逆商可以让我们发掘情感潜能，运用情感能力影响生活的各个层面，让我们积极地面对生活中的种种逆境，理性地分析逆境，进而走出逆境，收获成功。

《左手情商右手逆商》通过生动的事例和有力的论述，全面地展示了情商与逆商在自我认识、情绪管理、社会交往等诸多方面的巨大影响力，引导读者走出积极而精彩的人生。

作者介绍:

目录: 第一部分 情商篇 第一章 认识情商 什么是情商 情商与智商的不同之处
情商可以提升吗 高情商的优势 低情商的危害 掌握必要的软技能 两种思维：理性与感性
生活成功的新秘密 情商不同，人生不同 第二章 远离十大不良情绪
远离不良情绪——情绪低落 远离不良情绪——忧虑、紧张 远离不良情绪——灰心丧气
远离不良情绪——空虚、无聊 远离不良情绪——发怒 远离不良情绪——孤独
远离不良情绪——悲伤 远离不良情绪——懊悔、自责 远离不良情绪——抱怨
远离不良情绪——自卑 第三章 塑造十大良好情绪 塑造良好情绪——决心
塑造良好情绪——愿望 塑造良好情绪——主动 塑造良好情绪——热情
塑造良好情绪——爱心 塑造良好情绪——自信 塑造良好情绪——自律
塑造良好情绪——顽强 塑造良好情绪——宽容 塑造良好情绪——坚持 第四章
如何建立正确的情绪观 情商与工作的关系——工作中如何培养良好的情商
情商与爱情的关系——爱情中如何培养良好的情商
情商与交往的关系——交往中如何培养良好的情商
情商与教育的关系——如何培养孩子良好的情商 第五章 为什么高情商者更成功
高情商者积极、乐观地面对生活 高情商者能够充分地认识自己
高情商者善于发掘自身潜能 高情商者懂得自我激励 高情商者善于控制自己的情绪
高情商者能够主宰自己的人生成败 高情商者更受人欢迎
高情商者可以收获更多朋友 第二部分 逆商篇 第一章 认识逆商 什么是逆商
成功者的逆商构成 逆商，不是变得更多就是变得更少 让成功者更成功的能量
逆境让你有机会看清楚过去 实践越多，运气越好 衡量你能力的砝码 第二章
逆商：人生成败的关键 身处逆境不要逃避 逆境可以激发我们的潜能 高逆商者敢于冒险
高逆商者充满了人生欲望 风雨中亮出自己的旗帜 逆境提升素质
做一个在逆境中成长的立体的人 第三章 在逆境中获得感悟 大厦始于基石
我们可以掌握风帆 迷雾后面是成功的目标 逆境带来的奇迹 帮助自己重振雄风
积极面对生活中的压力 风雨过后总会有阳光 在逆境中学会自省与自励 第四章
逆境是个新的起点 逆境让你试着换个活法 逆境中的自己更美丽 生活始终变化着
分清挫折和失败 逆境给我们的财富 人生逆境何其多 挑战逆境，也要感恩逆境 第五章
握紧心中的信念 把命运握在自己手里 让自己每天进步一点点
没有失败，只是暂时没有成功 作好成功的准备 只要有信念。失败就不会是定局
只要欲望合理，人人都能成功 我是最棒的，我一定会成功 朝着梦想前进 第六章
笑对种种逆境的良方 前人能做到的我也能做到 不要总是往坏处想 培养平和快乐的心态
让自己笑对逆境 放弃紧张这个坏习惯 寻找遭遇逆境的原因 接受不可避免的事实
一步一步慢慢往前走
• • • • • (收起)

[左手情商右手逆商_下载链接1](#)

标签

诗词

名著

评论

[左手情商右手逆商_下载链接1](#)

书评

[左手情商右手逆商_下载链接1](#)