

<<激发你无限潜能的好玩情商课>>

图书基本信息

书名：<<激发你无限潜能的好玩情商课>>

13位ISBN编号：9787500848684

10位ISBN编号：7500848684

出版时间：2011-2

出版时间：中国工人

作者：曹伏雨

页数：232

字数：160000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<激发你无限潜能的好玩情商课>>

### 内容概要

你是情绪的主人还是情绪的奴隶？

是什么决定着我们的思想和情感？

笑傲职场的秘诀是什么？

恋爱婚姻如何才能美满幸福？

怎样才能使我们的孩子快乐成长？

这些问题都与情商有关。

情商又称情绪智力，英文简称EQ，是指人们认识、控制和调节自身情感的能力，它决定了一个人其他心智能力的表现。

本书将为你阐述情商理论的方方面面，包括如何认知自我，如何驾驭不良情绪，如何与他人沟通，如何与恋人相处，如何培养孩子的情商等问题。

## <<激发你无限潜能的好玩情商课>>

### 书籍目录

#### 前言

#### 初级篇 情商自测，认知自我

##### 第1章 认识自我——指引人生的灯塔

苏格拉底我问你，我的归途在哪里

我荒废的今日，正是昨日殒身之人祈求的明日

与柏拉图为友，与亚里士多德为友，但更要与真理为友

当你迷茫的时候，就想一想自己的原点在哪里

能给予你最准确评价的人，正是你自己

别人的评价，可听但不可全信

##### 第2章 控制自我——实现理想的基石

人生只有三天——昨天、今天和明天

“真主创造了你，以及所有的行为”

医生的死亡通知单，代表不了死神

当你疲倦的时候，面前会出现奇迹之岛吗

你是推翻“情绪暴君”的勇士吗

##### 第3章 激发超我——迈出改变世界的第一步

一朝被蛇咬，十年怕井绳——跳蚤效应

“101、29、142”，一切皆有可能

为自己画一片叶子，生命将永是春天

一个人永远缺失的东西——对手

##### 第4章 透视内心——从心灵的窗口发现内心世界

想要楚楚可怜态，低头眼睛往上看

如果他一直在看你的眼，就不要相信他的话

目光的动向——神奇的神经语言程序学

你知道该如何注视别人吗

为自己的目光找一个合适的位置

#### 中级篇 情商开发，完善自我

##### 第5章 色彩心理——情商，从性格起航

色彩心理学，原来很简单

天生的外交家——热情的红色性格

我是工作狂——超忍耐力的黄色性格

.....

##### 第6章 九型人格——情商的魔术师

##### 第7章 笑容——情商的提升法则

##### 第8章 身体语言——“手”掌控情商

#### 高级篇 情商应用，提高自我

#### 附录 情商自测题

## <<激发你无限潜能的好玩情商课>>

### 章节摘录

版权页：插图：同时，绿色性格的人也很少抱怨或者发脾气，。

即使他们心里有些不满，也很难被人看出来。

换句话说，由于他们脾气太好了，即便是闹情绪也不是惊天动地的，需要别人用心感受，细心体会，才能察觉。

当然也不排除这样一种情况，绿色性格的人几年都不发一次火，一旦发火就会像火山喷发一样一发不可收拾。

第三，稳重、低调不张扬。

绿色性格的人是最能沉得住气的人，即便是在着急的时候，我们也很难一目了然，他们把自己“藏”得很深，因此他们通常被认为是最有城府的人。

但他们并不是有意识地要把自己“藏”起来，他们就是这样一种不急不躁、内心不外露的状态。

他们是最能耐得住寂寞的人。

有的人也认为自己很能耐得住寂寞，而且享受寂寞，那是不是就是绿色性格的人呢？

其实，除了绿色性格之外，红、黄色性格的人有时也很耐得住寂寞，但他们只能偶尔寂寞，时间久了就会觉得受不了。

能长时间经受寂寞的考验，是绿色性格的典型特征，也是与红、黄色性格者的区别所在。

所以，绿色性格的女性做专职太太就很享受，红色和黄色性格的女性却做不了，更谈不上享受了。

第四，甘居幕后。

不是所有的人都能做幕后工作的，那些“冲杀在前”的人总是受到更多的关注。

多数人认为要得到快速发展的机会就得敢于打头阵，所以人们都喜欢做“前台”工作。

可是一个人在前台演唱，后台要有多少人为他服务啊！

音响、灯光、化妆、服装、乐手等等，而能够在后台很平静、很享受地工作，甘于奉献的人莫过于绿色性格的人了。

第五，缺乏热情和主动性。

绿色性格的人不善于主动，他们拿不准对方到底需不需要他们的主动，嘴上也不好意思说。

所以，他们常常没有主动的意识，有时候想到了还会犹豫不决。

他们是最善良的人，很怕给别人带来麻烦。

如果他们懒惰起来，那才真是油瓶子倒了都不会去扶的“超级懒人”。

他们能不操心就不操心，他们经常想：反正天塌下来有个高的顶着呢。

<<激发你无限潜能的好玩情商课>>

媒体关注与评论

如果你不懂情商，从现在起，我们宣布——你落伍了！

——美国《时代周刊》成功=20%的智商+80%的情商。

我们与他人的关系也影响着我们的智力，并对我们生活的方方面面施加着影响。

——著名心理学家丹尼尔·戈尔曼在现实世界里，人们往往是依靠勇气而不是聪明去领先于其他人的。

——理财畅销书《富爸爸穷爸爸》

## <<激发你无限潜能的好玩情商课>>

### 编辑推荐

《激发你无限潜能的好玩情商课》：美国总统、诺贝尔奖获得者、商界领袖、社会精英都非常重视情商的开发，你不仅需要了解自己，还需要了解他人以及你和他们的关系，自我认知+情绪控制+人际沟通 = 情商。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>