第一图书网, tushu007.com

<<北大情商课>>

图书基本信息

书名：<<北大情商课>>

13位ISBN编号：9787507428643

10位ISBN编号：7507428648

出版时间：2013-9-1

出版时间：中国城市出版社

作者：李珍

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

情商是人情绪、情感、意志等各方面的品质，是人在立身、立业以至于立功时不能忽视的特质。
在《北大情商课》中，我们挖掘了很多关于北大人的真实言论和故事，其中涉及到认识自我、掌控自我、激励自我等修身领域，和应对社会、认识他人、与人沟通、融入社会等处世领域，涵盖到了个人成长以及走向社会的方方面面，这一切，在《北大情商课》你都能找到答案。
在智商均等的情况下，拥有高于常人的情商，你就更容易成功。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

李珍，女，畅销书作家，作品畅销全国各地。
代表作品有《心理与生活》《心理隽语》等。
笔法缜密细腻和笔触畅达明朗，给读者全新的阅读体验。

<<北大情商课>>

书籍目录

第一章 认识自身，才能追求外物
1. 深深地进入了解自己
2. 人生经不起哈哈镜的扭曲
3. 他人是认识自己的一面镜子
4. 一切进步都来自于对不完美自己的接受
5. 天生我才不是为了让人自卑的
6. 天堂地狱只在一念之间
7. 给自己一点反省的时间
8. 第六感是情商送的礼物
第二章 勇敢做自己的主人
1. 是你控制情绪，还是情绪控制你
2. 坏情绪就像流感一样传染
3. 练一套克制忍耐的瑜伽
4. 内疚是一笔还不清的债
5. 冲动之后，是你背不起的惩罚
6. 别让空虚和无聊成为你生活的主角
7. 别像个孩子一样喜怒无常
8. 恐惧到了极限，便让人迷失了自己
第三章 人生需要来自于内在的鞭策
1. 人生要迷恋上相信自己的感觉
2. 享受激情澎湃的青春岁月
3. 人生的皮格马利翁效应
4. 给自己一个“我能行”的暗示
5. 为自己画一片叶子，生命将永是春天
6. 好汉或许也应该提一提当年勇
7. 想成为什么，你便可以是什么
8. 有时可以给自己画一张饼
第四章 内心有阳光，就不会为外物伤害
1. 心里有太阳的人，到哪里都是春天
2. 你能找到理由悲伤，就一定能找到理由快乐
3. 处在低谷中，那么每一步就都是向上的
4. 莫名其妙的攻击其实是一种恭维
5. 不快乐是加在自己身上的锁
6. 逼自己一把，你才知道自己有多大潜能
7. 落下井的石头是可以用来垫脚的
8. 笑容是你战胜一切的必备武器
第五章 放心去飞，勇敢地去追
1. 别让自己成为生活的奴隶
2. 是欲望来自于压力，还是压力来自于欲望
3. 对不公平的愤慨会成为你努力的障碍
4. 愤世嫉俗的人不太可能得到快乐
5. 缺憾是另一种完美
6. 后悔的时候，用祸福相依来开导自己
7. 人的幸福在比较中渐行渐远
8. 贫穷并不可怕，可怕的是不敢正视贫穷

第六章 人生从读懂他人开始
1. 钓鱼的时候要像鱼一样思考
2. 了解一个人，听听他说什么
3. 察言观色，脸上写着心里想的事
4. 注意举手投足间，读懂对方深意
5. 找对方式，走入别人的内心
6. 抓住了眼神，就抓住了心
7. 想要了解他，要了解他身边的朋友
8. 像个锁匠一样一步步打开别人的内心
第七章 沟通是通向罗马的条条大路
1. 未语先笑，沟通从微笑开始
2. 两个人都交流，做有效交流和沟通
3. 恰当而得体的赞美是一种生活的艺术
4. 他当年的勇你来说
5. 赞美要出自真心才动听
6. 冷漠是情商最低的表现
7. 聪慧的人深谙说服之道
第八章 人在社会中，社会便是人
1. 没有人可以孤僻冷漠地活着
2. 用宽容之心来修身
3. 携手才能并进，合作是人生的乘法
4. 尊重他人的人，才能真正俘获他人的心
5. 踏进办公室，你把自信心带上了吗
6. 欣赏他人，你同样也会得到欣赏
7. 做一个有个人魅力的高情商领导
8. 幸福的婚姻有同样的幸福
第九章 情商高低并非与生俱来
1. 情商是一种扩散的影响力
2. 培养亲和力，提升各种能力和特性
3. 什么都要懂一点，没人喜欢无味的人
4. 激情是吸附成就的强力磁石
5. 热情是连冰雪都能消融的能力
6. 谁都欢迎能带来笑声的人
7. 对他人的爱就是对自己的爱
8. 不同的成功，同样地敢做梦

第一图书网, tushu007.com

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