第一图书网, tushu007.com

<<哈佛情商课全集>>

图书基本信息

书名：<<哈佛情商课全集>>

13位ISBN编号：9787514500509

10位ISBN编号：7514500502

出版时间：2011-5

出版时间：中国致公出版社

作者：王丹

页数：262

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

内容概要

你知道富兰克林·罗斯福、约翰·肯尼迪、巴拉克·奥巴马等八位美国总统，乔治·明诺特、爱德华·珀西尔、约瑟夫·默里等三十多位诺贝尔奖获得者，还有比尔·盖茨、路易斯·郭士纳等几十位世界著名商业领袖有什么共同特征吗?
他们都是就读于哈佛大学的精英……他们都受益于哈佛大学的情商培养。

在哈佛，成绩绝对不是唯一重要的条件。
哈佛选人的要求是学生的综合素质。
哈佛大学著名教授、心理学家丹尼尔·戈
尔曼有句至理名言：成功＝20%的智商＋80%的情商。

如果说成绩由智商决定，那么决定一个人的综合素质高低的，主要在于情商。
上述哈佛精英的成功也证明，一个人只有提高了情商，才能很好地发挥组织协调能力，才能培养领导能力和团队精神，才能成为政治和经济等领域的领袖。

通过本书，你不但能了解情商的重要性，还能掌握更多有关情商的常识，并在此基础上认知自我情绪，学会疏导和激发情绪，改善与他人的关系，驾驭自己的情绪，进而拥有健康快乐的人生，抵达成功的彼岸!

第一图书网, tushu007.com

<<哈佛情商课全集>>

书籍目录

第1章 认识情商，开启成功的第一步
01.情商探秘
02.情商决定命运
03.智商与情商
04.培养情商的要点
05.提高情商的“三步曲”
06.软糖试验中的“成功因素”
07.约翰的悲哀
08.高情商下的成功领导力
情商测试课堂：你的领导能力如何?
第2章 自我认知，掌控成功的方向
01.先学会认识自己的情感
02.人到底有没有第六感?
03.自我心像是自我认知的助推剂
04.成功，从认识自己的性格开始
05.不要畏惧自己的缺点
……
第3章 自我调控，不要让坏情绪成为成功的“绊脚石”
第4章 自我激励，为成功插上万能的羽翼
第5章 自我完善，掌握自己的命运
第6章 自我提升，为自己打造一个奇迹
第7章 自我规划，用情商营造未来
第8章 情商修炼，谱写人生辉煌的篇章
参考书目

章节摘录

版权页：研究者曾做过这样的试验：老师们把一群儿童带到了一个空荡荡的房间，并在房间最显著的位置为每个孩子放了一颗软糖。
孩子们见到软糖都兴奋不已，这时，测试老师对每一个孩子说：“老师现在要出去办点事，如果有谁能够坚持到老师回来时还没有把这颗软糖吃掉的话，谁就可以再得到一颗软糖，这样就能吃到两颗软糖了。
不过，谁要是在老师回来之前就把这颗软糖吃了，那么就只能吃到这一颗软糖。
”测试老师说完这番话，就离开了这个房间。
结果，有些孩子尽管想得到另外一颗软糖，但由于自身的控制力较差，没能抵挡住软糖的诱惑，很快就把这颗软糖吃掉了。
而另外一些孩子把老师的话牢记在心，他们知道只要自己多坚持一会儿，就可以得到两颗软糖。
所以，他们看着面前的软糖，尽量克制自己。
每当自己的意志将要被软糖的香甜击倒时，他们就会努力地转移自己的注意力。
他们有的互相追逐玩耍，有的唱歌跳舞，有的玩游戏，想尽办法坚持到老师回来。
最后，他们凭着自己超强的控制力，如愿以偿地得到了第二颗软糖。
后来，研究者将这群儿童分成了两组：一组是具有超强的自控力，最终能够抵挡住诱惑，得到了两颗软糖的孩子；另一组是那些自控力较差，没有坚持下来，最后只得到一颗软糖的孩子。
研究者对这两组孩子进行了长期的跟踪调查研究。

媒体关注与评论

成功=20%的智商+80%的情商。
——哈佛大学著名教授、心理学家丹尼尔·戈尔曼如果你不懂情商，从现在起，我们宣布——你落伍了！
——美国《时代周刊》一个人如果不具备情感能力，缺乏自我意识，不能处理悲伤情绪，没有同理心，不知道如何与他人和谐相处，那么，即使他再聪明，也不会有大的发展。
——丹尼尔·戈尔曼（哈佛大学心理学教授）情商是开启心智的钥匙、激发潜能的要诀。
它就像一面魔镜，令你时刻反省自己、调整自己、激励自己。
它是获得成功的力量来源。
——英国《泰晤士报》书评每件事情的完成，都离不开协商、沟通、影响和说服别人的能力。
在所有领域，最有效率的人是那些为了实现目标而能与他人协作的人。
——博恩·崔西（美国著名成功学家，畅销书作者）从我的经验和一些最近的研究结果来看，领导能力中最重要的就是所谓的“情商”。
据研究，在对个人工作业绩的影响方面，情商的影响力是智商的两倍；在高级管理者中，情商对于个人成败的影响力是智商的九倍。
——李开复

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