

<<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>