

<<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>

## <<北大情商课>>

### 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。

## <<北大情商课>>

### 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

## <<北大情商课>>

### 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

<<北大情商课>>

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>