

<<哈佛最重要的情商课>>

图书基本信息

书名：<<哈佛最重要的情商课>>

13位ISBN编号：9787560968339

10位ISBN编号：7560968333

出版时间：2011-5

出版时间：华中科技

作者：王宇

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>

## <<哈佛最重要的情商课>>

### 内容概要

情商如今已经成为人们日常交往中的一种必要智慧，情商不仅是一个人获得成功的关键因素，而且高情商者还能够充分的发挥自身潜能、调节掌控情绪，从而与周围的人在接触中表现出自身良好的亲和力，并在生活工作中获得比别人更多的机遇，使成功的不乏始终领先于别人。但是要如何才能更透彻的了解情商，并正确的把情商这种特殊的技能运用到我们生活中的方方面面呢？

《哈佛最重要的情商课》这本书正是为了给那些对情商的了解似是而非的读者，教他们从认识情商，到如何培养情商，再到将情商灵活的运用到与人之间的沟通、恋爱中的小细节、家庭氛围的营造以及工作中的领导能力.....对情商进行彻底的了解。

本书以简明扼要的语言让读者能够不费吹灰之力就能够很好的了解情商的意义、内涵以及智慧，并能够很好的以自身的情绪智慧让将来的生活、工作更加的多姿多彩。

《哈佛最重要的情商课》以情商为主体结构框架，书中包含众多在哈佛大学广为流传的小故事，能够直达读者内心深处的测试和故事。

每个故事都具有深刻的生活意义，不仅能够激发读者对社会、人生进行多角度的思考，更可以让他们的情绪智力得到很大的提高。

让读者在轻松的阅读过程中掌握情商在生活中的培养以及应用方法，并在生活中建立起自己良好的人际关系，前途也会因为情绪智慧的提高而一片灿烂光明。

<<哈佛最重要的情商课>>

作者简介

北京动力畅销书工作室创办人，曾出版《狼道：生活中的狼性法则》《读史悟人生》等畅销书。

## <<哈佛最重要的情商课>>

### 书籍目录

#### 第一章 揭开神秘的面纱了解情商

- 第1课 情商到底是什么
- 第2课 情商是如何形成的
- 第3课 你知道情商的真正内涵吗
- 第4课 情商有怎样的影响力
- 第5课 情商也是一种智慧
- 第6课 一门调控情绪的艺术
- 第7课 情商真的比智商更重要吗
- 第8课 情绪影响你的人生
- 第9课 情商决定命运
- 第10课 你知道低情商的危害吗
- 第11课 情商真的能够改变自我吗
- 第12课 成功者并不一定是聪明的
- 第13课 拥有完美的情商就成功了一半

#### 第二章 认识情商不做情绪的奴隶

- 第14课 你是情绪的奴隶吗
- 第15课 内省，认识自我的魔镜
- 第16课 你能看清自己的心灵吗
- 第17课 及时调节自我情绪
- 第18课 努力打造一个坚强的自我
- 第19课 驾驭情绪才能享受生活的乐趣
- 第20课 自我激励也有很大的作用
- 第21课 99%的忧虑不会发生
- 第22课 积极地开发自身的情商
- 第23课 学会管理自己的情商
- 第24课 良好的情绪让成功加快步伐

#### 第三章 培养情商寻找快乐的源泉

- 第25课 保持快乐的好心情
- 第26课 快乐是美好人生的催化剂
- 第27课 快乐情绪自己找
- 第28课 学会放松心情
- 第29课 远离不良情绪的感染
- 第30课 用乐观的心态挑战人生
- 第31课 活在今天的快乐里
- 第32课 快乐是对自我信心的一种体现
- 第33课 微笑是情商的美丽外衣
- 第34课 良好的情绪是成功的砝码

#### 第四章 交际沟通中情商的重要性

- 第35课 情商对沟通的重要性
- 第36课 与人交往要心怀热情
- 第37课 投其所好，寻找共同点
- 第38课 善待他人就是善待自己
- 第39课 识别他人的情绪
- 第40课 成为人气高手的秘诀
- 第41课 带着感恩的心沟通

<<哈佛最重要的情商课>>

- 第42课 倾听话中的情绪
- 第43课 换位思考将心比心
- 第五章 让爱情之花更灿烂的秘密
- 第44课 怎样遇到你的Mr(Mrs)Right
- 第45课 不爱不该爱的人
- 第46课 天平两端的金钱和爱情
- 第47课 适当的醋意能够激发彼此的爱意
- 第48课 爱情中也需要一定的情商技巧吗
- 第49课 守住爱情的底线
- 第50课 远去的爱要懂得放手
- 第51课 爱就要勇敢地说出来
- 第52课 学会如何正确爱一个人
- 第六章 智慧情商营造和谐的家庭
- 第53课 别让柴米油盐毁了爱情的浪漫
- 第54课 以高情商来经营家庭
- 第55课 结婚了, 爱情依然要保持新鲜
- 第56课 珍视生命中的亲情
- 第57课 懂得家庭中的相处艺术
- 第58课 处理好婆媳之间的关系
- 第59课 懂得感恩父母的爱
- 第60课 请别把烦恼带回家
- 第61课 高情商的父母才能培养出高情商的孩子
- 第七章 情商让领导力更卓越不凡
- 第62课 成功的领导所需要的情商能力
- 第63课 做一个亲和力型的领导
- 第64课 情感智慧领导能力
- 第65课 有效的带头作用
- 第66课 与众不同的领导风格
- 第67课 尊重下属, 重视下属的意见
- 第68课 领导者需要处理人际关系
- 第69课 高情商打造高效团队
- 第70课 做一个能创造共鸣的领导者
- 第71课 高情商的领导艺术
- 第72课 和谐的团队来自领导人的智慧情商
- 第八章 幸福人生离不开情商修炼
- 第73课 丢弃自卑的情绪
- 第74课 微笑是幸福人生的外衣
- 第75课 学着控制自己的感情
- 第76课 走出无止境的担心
- 第77课 释放心中的压力
- 第78课 挫折并不可怕
- 第79课 驾驭生活中的负面情绪
- 第80课 多一分热忱, 多一分收获
- 第81课 自信才能实现幸福人生的梦想

## <<哈佛最重要的情商课>>

### 章节摘录

版权页：有任何一家企业有这样的举动。

不仅如此，乔治·伊士曼还规定，公司里的任何人，无论是白领还是蓝领，也不计学历和出身，只要你是公司的员工，就可以对公司提出自己的意见和看法。

当然，乔治·伊士曼从不限制员工提出建议的范围，可以是改善自己工作进程方面的，也可以是针对公司某个环节的，甚至是对公司全方位的战略计划，只要有自己认为更加合理的意见或建议，都可以大胆地写出来，并投入建议箱中。

为此，乔治·伊士曼还特意指派了专门负责人来处理这些来自员工的建议。

柯达不但重视员工的建议，还虚心地采纳员工的建议，并对提出合理化建议的员工给予丰厚的奖励。

那些被采纳的建议，如果可以为公司节省成本，就会得到公司给予的两年节约成本的15%作为奖励。

如果被采纳的建议能够引发一种新产品的研发与上市，就会得到第一年销售额的3%的奖金。

而未被采纳的建议，公司也会对建议的提出者回复书面解释，告诉他们不能采纳的原因，并鼓励他们继续为公司提出更好的建议。

而所有为柯达公司提供的建议都会在员工的业绩考核表中体现出来，并作为日后晋级加薪的重要依据。

乔治·伊士曼所设置的建议箱从实施之日起，一直持续到今天。

到目前为止，员工提出的建议一共为柯达公司节约了1800多万美元的资金，仅员工为此得到的奖金就达到将近400万美元。

柯达全体员工之所以会视企业为家，发自内心地为企业的发展和命运发挥自己的能力和能力，就在于柯达让员工充分感受到了企业对他们的尊重和重视。

为了将这一良好的传统发扬下去，乔治·伊士曼还慷慨地为员工建立了红利制度，员工可以根据自己为公司做出的贡献参加公司的分红。

这一做法更是开创了美国企业的先例。

柯达的这一做法大大提高了公司员工的积极性，牢牢抓住了员工的忠诚与奉献之心。

柯达公司也因此获得了巨大的收益，并引起美国很多企业的关注和效仿。

现在，几乎所有的企业都会设置这样的意见箱，但很少有企业会得到如此良好的效果。

而问题的关键就在于，他们没有真正地像柯达那样从根本上尊重员工、重视员工。

## <<哈佛最重要的情商课>>

### 媒体关注与评论

EQ是人类最重要的生存能力。

一个人的成功，IQ的作用只占20%，其余80%是EQ的因素，也就是如何做人的道理。

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，没有同情心，不知道怎样跟人和谐相处，即使再聪明，也不会有大的发展。

——哈佛大学心理学教授丹尼尔·戈尔曼生活中完成每件事都离不开协商、沟通、影响和说服别人做事的能力。

在所有领域，最有效率的人是那些为了实现目标能与人协作的人。

——作家布莱恩·特雷西从我的经验和一些最近的研究结果看来，领导能力中最重要的是所谓的“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。

——创新工场董事长兼首席执行官李开复

## <<哈佛最重要的情商课>>

### 编辑推荐

《哈佛最重要的情商课》：情商是一种基本的生存能力，决定你心智能力的表现，与决定你一生的走向与成就。

情商是一种震撼人心的智能评判的新标准。

80%的人生是由情商在主宰.....情商是关系着一个人未来的成就，以及人生幸福的最关键因素的情感智力.....情商超越智商，比智商在更大程度上决定人生中有关爱情、家庭、事业.....打开这本情商修炼秘笈，向着幸福的生活坚定地迈进。



<<哈佛最重要的情商课>>

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>