

<<哈佛情商>>

图书基本信息

书名：<<哈佛情商>>

13位ISBN编号：9787802032637

10位ISBN编号：7802032636

出版时间：2006-3

出版时间：中国妇女

作者：黄玄清

页数：210

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>

## <<哈佛情商>>

### 内容概要

一个人的成功与否，最重要的决定因素是什么？

或许，很多人会回答：受教育程度、智商、家庭背景、运气。

然而，本书作者经过对世界名牌大学的学员们的调查发现，情商对成功更具决定性作用。

在这个竞争日益激烈的时代，情商的高低已经成了事业和生活成败的关键。

因此，该书结合华人特有的生存及文化背景，深入浅出地阐述了情商理论。

并提出了许多提高情商的具体方法，如将身心调整到最佳状态的阿尔法训练、改善人际关系的有效方法等。

以帮助各位在读者能对成功有个更正确的认识。

这是一本关于如何提升心灵力量的书，当然它不能直接给读者带来成功，但如果读者能藉此将自己的心灵武装起来，让它爆发出巨大的能量，其意义将比一次具体的成功更为重大。

## <<哈佛情商>>

### 书籍目录

第一章 人生成败的关键 一、情商比智商更重要 二、情商的构成第二章 发现自己 一、发现真实的自己 二、发现了了不起的自己第三章 做自己情绪的主人 一、情绪的泥沼 二、驾驭情绪第四章 神奇的自我暗示 一、心理暗示的魔术效果 二、心理暗示与人生选择 三、自我暗示的方法第五章 从容应对压力和挫折 一、了解压力 二、压力的化解之道 三、认识挫折 四、从挫折中走向成功第六章 建立良好的人际关系 一、掌握人的需要 二、让对方说“是” 三、从对方的角度考虑问题 四、交际之道 五、受欢迎的诀窍EQ自测

## &lt;&lt;哈佛情商&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘每个人的内心都有积极、美好、光明的一面，也有消极、丑恶、阴暗的一面。当不好的那一面在我们心中占据了优势时，有的人会及时反省，调整心态，重新唤醒那个美好的自己；而有的人却回避现实，粉饰自己，自欺欺人。

如果一个人习惯于以自欺的方式来回避自己的缺点和失败，并乐于享受这种病态的心理平衡，天长日久，他就会真的相信自己的谎言，从而失去了认识自己的能力，陷入失败的泥潭无力自拔。我们要敢于正视自己，尤其要警惕为自己的行为所作的辩护，那些振振有词的道理也许只是一个自欺的烟幕弹。

海尔在银行工作了大半辈子，49岁那年，银行大规模裁员，他也在被裁之列。他知道失去工作并不是自己的错，但他还是觉得很丢人。

他无法面对这个残酷的事实，也无法以一个失业者的身份去面对家人、朋友。

所以，在失业后的几个月里，他继续按时搭班车，假装上班。

他不得不寻找新工作，碰了几次壁之后，他得出一个结论：“现在像我这样的失业者太多了，尤其是年近50岁的。

”他对自己的年龄感到绝望：“也许，只有上帝可以帮忙了。

”他打算放弃一切尝试，作好了靠救济金了此余生的准备。

他心情越来越糟，存款越来越少，终于，这个可怕的事实被他的妻子发现了。

她在了解了这几个个月所受的煎熬后，告诉P18他，50岁并不像他想象的那么可怕，可怕的是长期稳定的银行工作消磨了他的斗志和创造力，年龄问题不过是他逃避竞争的借口。

她还列举了几个在能力上不比他强，在事业上却比他成功的熟人进行分析，让他相信凭他的聪明和学识，完全有能力获得一份更好的工作。

海尔的热情被鼓了起来，他开始积极地寻找机会。

几天后，海尔在机场的餐厅用餐，一位先生和他打招呼。

海尔仔细一看，竟是多年不见的大学同学罗尔斯。

两个人曾经是很好的朋友，大学毕业后在同一家银行工作，后来罗尔斯辞去工作到外地去闯荡，海尔的生活因为稳定而显得日益庸碌，年轻的热情在岁月中逐渐消退，他们渐渐失去了联系。

罗尔斯说，辞去银行的工作是他一生中最明智的决定。

他如今在一家科研机构任部门主管，负责为一些科研项目募集资金。

海尔还没有弄清楚这到底是一种什么样的工作，那个机构还缺不缺人，就问能不能让他也参加这个工作。

“话一出口连我自己都感到吃惊！

我一向稳重，天知道为什么突然变得如此轻率，也许是这段时间积极争取机会已经成了习惯了吧。

在罗尔斯还没有回答我之前，我已经作好了被拒绝的准备。

”海尔说，“没想到罗尔斯立刻就答应了我的要求。

也许50岁真的不算太大，也许是我积极的态度打动了他。

”海尔在新的岗位上干得很好，他完全没有料到自己在交际和谈判上能够干得那么出色，他的成绩受到了上下一致的好评。

一年后，机构董事会决定由他代替罗尔斯的位置，而罗尔斯由于招到了如此出色的人才来替代自己而升职了。

这真是一个皆大欢喜的结局。

海尔从自欺欺人的泥沼中走了出来，直面现实，从而拉开了成功的序幕。

P19

## <<哈佛情商>>

### 媒体关注与评论

书评决定人生命运的钥匙，影响孩子成长的关键！

世界上最具情商魅力的人物：克林顿、贝克汉姆、皮特、肯尼迪、莎拉布拉曼、理查德·克莱德曼、奥黛丽·赫本、詹妮弗·安妮弗斯顿、麦当劳、比尔·盖茨。

这本书揭示了魅力人物的情商之谜。

## <<哈佛情商>>

### 编辑推荐

一个人的成功与否，最重要的决定因素是什么？

或许，很多人会回答：受教育程度、智商、家庭背景、运气。

然而，本书作者经过对世界名牌大学的学员们的调查发现，情商对成功更具决定性作用。

因此，该书结合华人特有的生存及文化背景，深入浅出地阐述了情商理论。

并提出了许多提高情商的具体方法，如将身心调整到最佳状态的阿尔法训练、改善人际关系的有效方法等。

以帮助各位在读者能对成功有个更正确的认识。

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>