

情商(1-4+实践版)(套装共5册)

作者：丹尼尔·戈尔曼

□

情商(1-4+实践版)(套装共5册)

丹尼尔·戈尔曼

简介

《情商(1-4+实践版)》(套装共5册)情商:智商即命运吗?其实智商并没有我们想象的那样重要。《情商》一书不仅打破了长久以来智商的天生决定论,更为心理学界探讨已久的“情绪智慧”问题提出关键性的解释。丹尼尔·戈尔曼认为,由于没有考虑到对人类行为产生重大作用的一系列关键能力,我们对人类智力的理解存在很大的局限。

情商为什么如此独特?我们是如何做出决策的?如何发挥你的大脑创造力?如何调整到最佳工作状态?如何建立良好的社交关系?如何有效地理解他人?网络时代来临了,你需要具备什么样的社交商?如何训练并提高你的情商?权威型领导、教练型领导、亲和型领导、民主型领导、领头型领导、高压型领导,你适合什么样的领导风格?

《情商》一书风靡世界之后,社交与情感学习已成为一种行之有效的教育模式,情商不仅被公认为卓越领导力的基础要素,而且还是美满人生的催化剂。

这本书是“情商”之父积淀数十年的最新研究成果,是《情商:为什么情商比智商更重要》一书的升华与延伸。相信《情商》这本书能给职场中的你、家庭中的你、社会中的你提供最新的情商指导。你该如何真正提高情商?就从这本书开始吧!

目录

情商：为什么情商比智商更重要

情商2：影响你一生的社交商

情商3：影响你一生的工作情商

情商4：决定你人生高度的领导情商

情商（实践版）

情商

——为什么情商比智商更重要

[美] 约翰·麦考密克 著

杨春晓 译

中信出版社

中信出版社官网：<http://www.publish.citic.com/>

官方微博：<http://weibo.com/citicpub>

更多好书，尽在中信飞书 App：<http://m.feishu8.com>（中信电子书直销平台）

智商高，情商也高的人，春风得意。智商不高，情商高的人，贵人相助。智商高，情商不高的人，怀才不遇。智商不高，情商也不高的人，一事无成。

献给塔拉——情绪智慧的源泉。

全球畅销书

《情商：为什么情商比智商更重要》

(Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ)

★ 1990年，美国耶鲁大学的萨洛维和新罕布什尔大学的梅耶提出了“情商”的概念。

★ 美国哈佛大学心理学教授丹尼尔·戈尔曼在系统研究情商理论的基础上写成了惊世巨作《情商：为什么情商比智商更重要》。这本书出版后即在美国企业界与教育界掀起一阵情商旋风。

★ 接下来数年时间里，“情商”概念横扫全球，《情商》一书也被翻译成数十种文字，影响了数代人！该书成为20世纪最具影响力的话题书籍之一，也被公认为帮助我们认识自我潜能、获得成功的重量级好书！

★ 《情商》一书雄踞美国《纽约时报》畅销书排行榜前10名达半年之久，连续畅销10年，全球销售超过800万册！

★ 丹尼尔·戈尔曼经过10年的思考与实践，在第一版的基础上再度推出了《情商》10周年纪念版，和前一版本相比，10周年纪念版内容更为全面，针对性及震撼力更强。

★ 在中国台湾，繁体版《情商》畅销40万册，成为风靡台湾的超级畅销书——至少有300万人读过《情商》一书，衍生著作超过1 000种，热力横扫书市。

★ 著名实业家李嘉诚提出了“用智商解决问题，用情商面对问题”的商界新理念。越来越多的企业界人士意识到，培养员工的情商和赚钱同样重要。

★ 在中国大陆，“情商”概念一直长盛不衰。在学校教育中，越来越多的老师和家长发现培养孩子的情商与培养孩子的智商同样重要。同样，在职场中，越来越多的白领阶层发现“情商”是调节心理脆弱、抑郁、压力过大等状态的最佳方式。

★ 中信版《情商》是中国大陆发行的唯一以“情商”命名的中文简体版，这一版本以“《情商》10周年纪念版”为原本，整合了众多业内专家的推荐，将再次开启全民“悦读”盛宴。

一定要阅读《情商》的十大理由

★ 不懂得情商的人，其身心是不健全的。

★ 《情商》是帮助你认识自我潜能、获得成功的重量级好书！

★ 《情商》是改变你我以及后代未来的人生必修课。

★ 情商是一种基本生存能力，它决定你其他心智能力的表现。

★ 在事业取得成功的过程中，20%靠的是智商，而80%要靠其他因素，其中最重要的是情商，良好的情商是你获得职场成功的基本素质。

★ 情商就是管理情绪的能力，人的情绪失控就会导致诸多麻烦，你迫切需要提升自己的情商水平。

★ 我们每天都在与人交流，处理各种人际关系问题，而拥有良好的情商是改善一个人人际关系的重要条件。

★ 当一个人面临工作压力、家庭变故、突发事件时，良好的情商是妥善处理这一切的必备素质。

★ 当你面对悲伤、失恋、离婚等诸多生活中的不如意时，你更需要情商来调适自己的身心健康。

★ 提升情商，使我们能够用有限的知识去运作无限的世界，更适合当前压力过大的生存环境。

目录

专家导读1

专家导读2

专家导读3

《情商》10周年 纪念版序

初版序 亚里士多德的挑战

第一部分 情绪大脑

第一章 情绪的功能

第二章 情绪失控

第二部分 情商的本质

第三章 愚蠢的聪明人

第四章 认识自己

第五章 激情的奴隶

第六章 主导性向

第七章 同理心的根源

第八章 社交艺术

第三部分 情商的运用

第九章 亲密敌人

第十章 用心管理

第十一章 心与药

第四部分 机会之窗

第十二章 家庭熔炉

第十三章 精神创伤和情绪再学习

第十四章 性格非命运

第五部分 情绪素养

第十五章 情绪盲的代价

第十六章 情绪教育

附录1 什么是情绪

附录2 情绪心理的特征

附录3 恐惧的神经回路

附录4 W·T·格兰特财团：预防项目的活跃因素

附录5 自我科学课程

附录6 社交与情绪学习：效果

致谢

国际标准情商测试题——测测你的情商是多少

欢迎访问：电子书学习和下载网站（<https://www.shgis.cn>）

文档名称：《情商(1-4+实践版)(套装共5册)》丹尼尔_戈尔曼 著.epub

请登录 <https://shgis.cn/post/216.html> 下载完整文档。

手机端请扫码查看：

