

<<情商与影响力>>

图书基本信息

书名：<<情商与影响力>>

13位ISBN编号：9787111387619

10位ISBN编号：7111387619

出版时间：2012-7

出版时间：机械工业出版社

作者：吴维库

页数：273

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>

## &lt;&lt;情商与影响力&gt;&gt;

## 前言

本书第4版距离第3版有三年的时间。

三年来，我从事教学研究与传播情商与影响力，有了许多新的体会和认识，我将这些体会和认识写到了《情商与影响力》的第4版之中。

当现在的高中以前的应试教育和大学的就业导向的职业化教育过分重视智商教育，也就是重视做事能力的培育的时候，这样的人才却与社会发生了脱节：学生不容易接受社会，社会也不容易接受学生。

实际上高中生是毛坯，大学生是半成品，员工是零件，企业是机器。

毛坯经加工成为半成品，半成品经过再加工才是零件，机器是由零件组成的，半成品放在机器上会损坏机器。

而机器的功能是由零件的相对运动实现的，有相对运动就会有摩擦，因为有摩擦而损坏零件，为保护机器要更换零件，为了防止零件损坏成本过高而加入润滑油。

情商是润滑油，也是人际沟通的桥梁，更是人际关系的润滑剂。

我们来到这个世界要完成两项工作：做人和做事。

做事用智商，做人用情商。

一首歌中唱道：“我一直有一双隐形的翅膀”，情商和智商正如那双隐形的翅膀，缺一个也不能自由飞翔。

如果有人抱怨怀才不遇，那是因为他才不全，他不缺IQ缺EQ。

情商高智商高者春风得意，情商高智商低者有贵人相助。

马车由马拉动，人体被情绪推动，马失控了翻车，人的情绪失控了出事。

不良心态是安全隐患，生产安全事故80%由情绪引起，管理好情绪可以有效降低事故率。

当人们还在拼命学习领导力而致力于成为领导者的时候，忘记了一个重要的问题，就是谁给了你权力，使得你有资源去激励属下？

是上级。

如何从上级那里获得权力？

首先要有追随力。

追随力是权力的来源，相当于水的源头。

一个人对上要有追随力，对下要有领导力，对外要有影响力，对内要有执行力，对自己要有平衡力。

以上五个力量是本书提出的领导者核心能力的五力模型。

这个模型粗略地把目前流行的各种能力进行了方向性的归纳，有利于操作和实施。

而这五力的提升都是由管理情绪的能力产生，情商就是管理情绪的能力，也就是情商是人际互动能力的基础。

不论是生活幸福还是职场成功，情商都是其中的关键因素。

越早接触情商启蒙，受益的时间越长：子女变得孝顺，老人变得幸福，父母变得慈爱，夫妻和睦，家庭和美，同事和顺。

有些思想年轻时知道了终生受益，年老时知道了悔恨终生，如果是出了问题才知道则悔之晚矣。

所以才有“早一步海阔天空，晚一步追悔莫及”。

本书《情商与影响力》属于《和谐领导力系列》之二：自己与他人的和谐。

《和谐领导力》的研究起始于1999年，本思想体系以我负责从事的多个自然科学基金研究为基础而写成，我们能够享受“和谐领导力”这一思想盛宴要感谢香港中文大学研究基金的资助 [项目号44M7007; 2070239; 2070220]，更要感谢国家自然科学基金的大力支持。

《以价值为本的领导理论与中国企业高层领导行为研究》[项目号79970009，（2000~2002年）]，《改造型/交易型领导行为与下属激励：关于情绪智力的效用研究》[项目号70572012，（2006~2008年）]，国家自然科学基金重点项目、雅砻江水电开发联合研究基金《水电企业流域化、集团化、科学化管理理论和方法研究》[项目批准号：50539130，（2009~2011年）]。

《辱虐管理的后果及其应对——一项多层次的研究》[项目号：70972025，（2010~2012年）]《复杂变化环境下企业组织管理整体系统及其学习变革的研究》[项目号：71121001]。

<<情商与影响力>>

作者感谢国家基金的大力支持，也感谢给我大力帮助的人：富萍萍、刘军、宋继文、孔茗、刘益、关鑫、陈国权、吴昱舟。

## <<情商与影响力>>

### 内容概要

在竞争日益激烈的今天，情商与影响力越来越为人们所重视。

《情商与影响力（第4版）》从培养习惯、缔造个人魅力入手，通过精辟入理的分析、具体典型的实例，为读者打造个人影响力提供了一些简单实用的方法，帮助读者在模拟的情境中走出对幸福和成功的迷思，获得完美人生。

《情商与影响力（第4版）》受到广大读者的充分认可与喜爱，前两版畅销不断，作者在此基础上推出第4版，对情商的构成因素以实际案例为背景，面向应用进行了解释，提出情绪弹簧、情绪单级化、情绪免疫力等概念。

本书还增加了职场成功与失败的案例，帮助读者创造和谐的职场氛围与个人生活。

## <<情商与影响力>>

### 作者简介

吴维库，清华大学经济管理学院战略与政策系教授，博士生导师。

1994年起在清华大学经济管理学院任教。

曾在美国宾西法尼亚大学沃顿商学院进修公司战略、竞争战略及领导学，在哈佛商学院和香港科技大学恒隆管理研究中心研修。

主要研究与教学领域是《战略管理》和《企业领导学》，著有《企业竞争力提升战略》、《领导学》等学术著作，以及畅销书《阳光心态》、《情商与影响力》、《以价值观为本：和谐组织纲领》，经常受邀为企业及高校演讲，其阳光心态学说及和谐领导力体系影响和激励了近百万读者。

吴老师的和谐领导力体系由三个模块构成：· 阳光心态：实现自我与自我的和谐。

· 情商与影响力：实现自我与他人的和谐。

· 以价值观为本：实现个人与组织的和谐。

## <<情商与影响力>>

### 书籍目录

总序 和谐领导力

第4版序言

第3版序言

第1章

为卓越建立好习惯

习惯是一种选择，你的选择决定了你的命运。

本章将为你揭示习惯与行为、思想、命运之间的关系。

人按习惯做事

思想决定命运

改变习惯需要动力

学会放弃和选择

养成习惯的六个步骤

像心情好那样去行动

自我感觉要好

养成好习惯

第2章

个人魅力

如果把人比做一台电脑，那么人的智商就是硬件，而情商则是软件，更能决定人的成功和命运。

通过这一章，你将了解情商对于提升个人魅力，进而提升影响力是多么的重要。

情商内涵

情商的培养

移情

生活遵守牛顿定律

个人修炼

情商提高实例

情商树

情商知识汇总

第3章

自信

能力像弹簧，你相信它能够拉伸到多长，它就能拉伸到你所信任的长度。

自信是竞争中的心理力量，是事业成功的前提和基本素质，所有的成功者都离不开超凡的自信心。

人不自信，谁人信之？

认识自信

自信心的作用

建立自信的途径

认可和赞美

找回失去的自信

自信与行动

获得自信的比较优势原理

第4章

操之在我

事情本身是中性的，没有好坏之分，是人给事情定义了好坏。

## <<情商与影响力>>

操之在我，可以让人以最乐观的角度定义事情，摆脱受制于人与环境，战胜最大的敌人—自己。

为何要操之在我  
操之在我与受制于人  
操之在我调控情绪  
操之在我的应用原则  
灵活运用操之在我  
操之在我获得美好人生

### 第5章

#### 影响力

基于情商缔造影响力，可以更游刃有余地影响身边人，成就自我。

#### 影响力的本质

##### 影响上级

##### 影响下级

##### 影响身边的人

案例：新官上任如何影响下级

#### 说服力

### 第6章

#### 情商缔造和谐及领导力

情商的高低影响着我们的生活态度，从而影响着我们的生活质量。

无论情商理论用在什么地方，都有利于创建和谐，而和谐到哪，快乐、成功、幸福就会到哪。

#### 摩擦与事故的情商角度分析

##### 高情商缔造和谐

##### 高情商缔造领导力

#### 情商与职场成功

### 第7章

#### 管理者核心能力“五力模型”

作为管理者，对上具有追随力，对下具有领导力，对外具有影响力，对内具有执行力，对自己具有平衡力。

五力齐发才能缔造其核心能力。

#### 管理者核心能力“五力模型”

##### 五力与五行的相互关系

#### 后记

#### 参考文献

## <<情商与影响力>>

### 章节摘录

版权页：像心情好那样去行动 如果你不自信，但是装做自信，别人都看到了你的自信，并且赞美你和认可你的自信，你也会真的以为自己是自信的，以后就会表现得更加自信。

像你已经养成那个习惯一样去行动，像不吸烟者那样去逛商店，像已经苗条的人那样去饮食。

你必须从你的词汇库中除去一些词汇，这些词汇有：试一试、不能、但是。

你也许早就发现了，经常演正面人物的演员，演不好反面人物。

演员李默然因为经常演正面人物，公众已经把对正面人物的尊敬和热爱指向了李默然老师，生活中的李默然也是以模范人物出现的，他不为钱而做广告，是模范丈夫、成功的父亲和优秀的爷爷。

模仿什么样的人的行为，你就会获得什么样的人的心情。

模仿成功者的行为，你会得到成功者的心态，所以说成功是可以模仿的。

像心情好那样去行动，你就会获得好心情。

自我感觉要好 一旦达到某个目标，人们就会感到身心舒畅，但问题是你可能永远达不到目标。

把快乐建立在还不曾拥有的事情上，无异于剥夺自己创造快乐的权利。

记住，快乐是天赋权利。

首先就要有良好的感觉，让它使自己在塑造自我的整个旅途中充满快乐，而不要等到成功的最后一刻才去感受属于自己的欢乐。

人在压力下智商下降，人在不快乐的情况下思考力下降。

所以，在生活中找到能够使你愉快的事情，并以此站稳脚跟，你就能够获得好心情，对自我的感觉也会好一些。

再以此为基础，向更高一点的目标努力，你会在好心情下实现一路风光。

如果你活给别人看，你就会很痛苦。

如果你今天相信自己做得还不错，不在乎别人怎么看你，你就真的可以活得很自在。

有人在看到别人感觉良好时会产生嫉妒，所以把“自我感觉良好”作为贬义词送给别人。

要知道自我感觉良好也是一件不容易的事，妒忌和挖苦只能使人际关系恶化，破坏自己的好心情。

改善人际关系的途径是：认同和肯定对方。

认同和肯定反而会使对方谦虚，同时也会使自己获得好心情。



## <<情商与影响力>>

### 媒体关注与评论

看了《情商与影响力》，人的精神状态会很向上.会给失意的人动力。

——网友看完心情真的轻松很多，很多事情开始懂得从另一角度分析！

——网友和《阳光心态》两本书各有侧重，值得一读。

内容文字虽然浅显，但其中的道理却很值得去思考和实践。

真正能做到这些，生活将是另一番精彩。

——网友吴老师的书很精练，对职场新人会有很大的帮助。

——网友看完《阳光心态》后，再来看这本书，收获不小，很有感触。

对比自己，感觉自己不知不觉已经开始改变。

——网友书很适合80后阅读，以提高自己的情商与影响力，确实，作为80后的年轻一代，最为缺乏的就是情商。

何为情商，看了书就会明白，只言片语很难将其阐述明白。

——网友一本非常好的书，一条通往快乐、幸福的捷径。

——网友

## <<情商与影响力>>

### 编辑推荐

《情商与影响力(第4版)》编辑推荐：超级畅销书《阳光心态》作者系列图书全新版推出，《阳光心态》累计两版销售超过60万册，《情商与影响力》累计三版销售超过20万册。

倾力打造和谐社会：阳光心态:实现自我与自我的和谐；情商与影响力:实现自我与他人的和谐；以价值观为本：实现个人与组织的和谐。

## <<情商与影响力>>

### 名人推荐

看来《情商与影响力》，人的精神状态会很向上，会给失意的人动力。

——网友 看完心情真的轻松很多，很多事情开始懂得从另一个角度分析！

——网友 和《阳光心态》两本书各有侧重，值得一读。

文字虽然浅显，但其中的道理却很值得去思考和实践。

真正能做到这些，生活将是另一番精彩。

——网友 吴老师的书很精彩，对职场新人会有很大的帮助。

——网友 看完《阳关心态》后，再来看这本书，收获不小，很有感触。

对比自己，感觉自己不知不觉已经开始改变。

——网友 书很适合80后阅读，以提高自己的情商与影响力，确实，作为80后地年轻一代，最为缺乏的就是情商。

何为情商，看了书就会明白，只言片语很难将其阐述明白。

——网友 一本非常好的书，一条通往快乐、幸福的捷径。

——网友

<<情商与影响力>>

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>