第一图书网, tushu007.com

<<哈佛情商课>>

图书基本信息

书名：<<哈佛情商课>>

13位ISBN编号：9787802108578

10位ISBN编号：7802108578

出版时间：2011-1

出版时间：西苑出版社一

作者：黄卫红

页数：291

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书针对我国人的价值取向、性格特征、心态心境、生活方式、行为习贯，多方面地阐述了自我修炼、自我调整的方法和途径；揭示了拥有健康心理、赢得智慧人生的规律和秘诀。

本书能帮助你直达他人的内心深处——有时甚至都无需多言。

一旦掌握了运用情商进行交流的技巧，你就可以建立起那种持续一生的、双赢性的人际关系。它能够帮助我们学会人生中最重要的一项沟通技能。

<<哈佛情商课>>

书籍目录

第一课　正确认识情商教育　了解情商真正的内涵　智商诚可贵，情商价更高　情商是孩子未来成功的关键　幼儿情商教育极为重要　做高情商的父母　情商教育的误区第二课　为什么情商决定命运　尊重别人的情绪，调控自己的情绪　如何开发情商的测试　为什么情绪效应是一笔巨大的无形资产　什么是神奇的第六感　如何收集心灵深处的讯息　如何做个务实的梦想者　为什么自我心像能助你认识自己　如何让负重的自己活得更好　为什么不打没把握的人生之仗　为什么自视清高导致失败　为什么每个人都有不幸和霉运之时　如何不要抱怨自己命不好　为什么命运不是任何人安排的　为什么人总是在不幸当中找出口　为什么人生不如意事十之八九　如何不让小忧虑困住自己第三课　将脑袋打开1毫米第四课　多变情绪　由我掌控第五课　成功的唯一因素在于情商　第六课　主动认识自己　第七课　修炼情感的互赖第八课　情商的影响力第九课　用情商拓展人脉

<<哈佛情商课>>

章节摘录

版权页：以往我们认为，一个人在一生中能否取得成就，主要依靠的是智力水平，即智商越高，越容易取得成功。
但是现在心理学家普遍认为，一个人能否取得成功不仅仅依靠智商，还取决于情商，甚至情商的影响要远远超过智商。
那么，到底什么是情商呢？
情商（Emotional Quotient），简称EQ，又称情绪智力，是近年来心理学家提出的与智力和智商相对应的概念，它主要是指人在情绪、情感、意志、耐受挫折等方面的品质。
长期以来，人们把成功和智力因素的关系神圣化了，这使得对孩子进行的整个教育都是针对智力的教育。
然而我们在无数成功者的案例中发现，他们具有一些共同的非智力因素的特征，如清醒的自我认识、稳定的情绪和不屈不挠的勇气等，这些共同的素质就是情商。
人们对非智力因素作用的认识由来已久，中国古代有一句名言叫“非不能也，是不为也”，意思是说，不是不会做，而是不肯做。
其中“能”是指“会不会”，即智力因素；而“为”则是指“肯不肯”，即非智力因素。
早在第一次世界大战期间，美国著名心理学家维克斯勒在对入伍新兵进行“军队个别测验”过程中，发现有些在标准智力测验中失败的新兵，从他们的经历来看，却能胜任所从事的工作。
据此他认为，不能把智力与个性的其他部分割裂开来。
到了20世纪30年代，美国心理学家亚历山大对智力的传统学说提出了质疑。
为了证明自己的观点，他做了大量的测验和实验。
结果表明，接受智力测验的人所表现出的对智力测验的兴趣、克服困难的坚持性以及获得成功的愿望等，都对智力测验的结果有重要影响。
1935年，他在论文《具体智力和抽象智力》中首先提出了“非智力因素”这个概念。
但是他的观点在当时并未引起人们的过多注意。
后来，维克斯勒在亚历山大的启发下，于1940年也提出了“一般智力中的非智力因素”这个问题。
1950年，他发表在《美国心理学杂志》上的一篇名为《认识的、先天的和非智力智慧》的论文中重新阐述了“非智力因素”这个概念。
到了这时，“非智力因素”才为世人所公认。
经过多年的理论和实践探索，维克斯勒从智力和智慧行为的心理结构方面，对非智力因素的含义作出了这样的概括：从简单到复杂的各种智力因素水平都反映了非智力因素的作用；非智力因素是智慧行为的必要组成部分；非智力因素不能代替智力因素的各种基本能力，但对智力起着制约作用。
关于非智力因素这个概念，心理学家认为它应该有广义和狭义之分。
广义上的非智力因素包括智力以外的心理因素、环境因素、生理因素以及道德品质等；狭义上的非智力因素则指那些不直接参与认识过程，但对认识过程起直接制约作用的心理因素，如动机、兴趣、情感、意志、气质和性格等。
那么什么叫非智力因素不直接参与认识过程呢？
通俗点说，就是指在人的认识过程中，非智力因素不直接承担对机体内外信息的接收、加工、处理等任务。
非智力因素对认识过程的制约表现在它对认识过程的动力作用和调节作用。
在心理学研究中，所涉及的非智力因素概念是相对于智力因素而言的，因此多指狭义的非智力因素。
现代心理学研究表明，一个人的成功20%依赖于智力因素，即智商水平的高低，其余80%都依赖于非智力因素。
其中，非智力因素中最关键的是“情绪智力因素”。

编辑推荐

《哈佛情商课》：在哈佛，成绩绝对不是唯一重要的条件。
哈佛选人的要求是学生的综合素质。
哈佛大学教授、著名心理学家丹尼尔·戈尔曼有句至理名言：成功=20%的智商+80%的情商。
哈佛大学的莘莘学子都非常注重哈佛的情商课。

第一图书网, tushu007.com

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