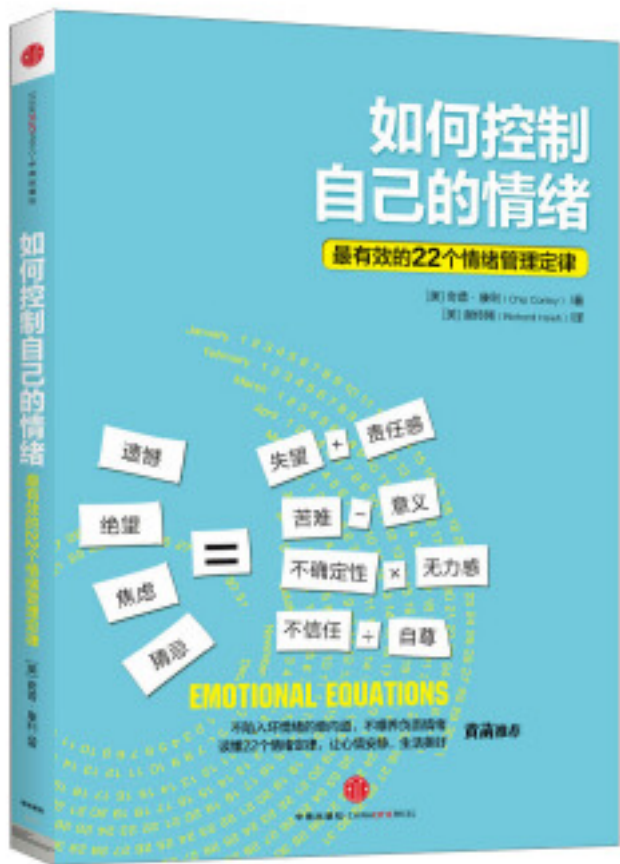


# 如何控制自己的情绪：最有效的22个情绪管理定律 [Emotional Equations]



[如何控制自己的情绪：最有效的22个情绪管理定律 \[Emotional Equations\]](#) 下载链接1

著者:[美] 奇普·康利 (Chip Conley) 著, [美] 谢传刚 译

[如何控制自己的情绪：最有效的22个情绪管理定律 \[Emotional Equations\]](#) 下载链接1

标签

评论

看着还可以吧，刚收到，刚开始看呢，需要好好琢磨琢磨

-----  
还好还好还好还好还好还好

-----  
质量还可以，内容得自己学

-----  
很好，物流很快，质量没得说

-----  
这个是给朋友买的书，心情，感觉不错，包装也很好，好，该，很快在京东买书了。这个是给朋友买的书，心情，感觉不错，包装也很好，好，该，很快在京东买书了。这个是给朋友买的书，心情，感觉不错，包装也很好，好，该，很快在京东买书了。

-----  
书还没看。在京东买了很多次书了都很好。京东给力。

-----  
送货速度快，包装精美，字体清晰，是正品，信赖京东

-----  
还没看，有塑料封膜，外包装挺好！

-----  
物流很给力，书中字很清晰，还没来得及看

-----  
纸张质量很好，秒评价的，刚收到的书

-----  
包装很精致，内容详实，不错的一本书

-----  
很不错的分享，有助于情绪管理。

-----  
书到的很快，第二天就到了。快递员态度也很好。希望书的内容也很棒

-----  
书的质量非常好，正版书，包装太好了，爱不释手的。做活动买的11本，价格非常优惠！支持

-----  
字迹清晰，质量很好。

-----  
书先囤着，等假期有时间了，再慢慢阅读，希望能开卷有益。

-----  
以数学的方式，来阐释心理博弈，引导人养成更好的情绪调节自觉，不错。

-----  
纸张很好、很满意

-----  
质量好，书都有塑封。五本书用纸箱包装。

-----  
多买了一本。我去。哎 好浪费。跟女朋友买的，女朋友说 这是她领导跟她推荐的。领导推荐的，女朋友就叫买，我推荐她看克氏的书。都不鸟我。这就是领导跟凡人的区别。???

-----  
下单时候有货，接着就赶上京东爆仓，硬是4天后才发货，货到时候都已经回老家了，农历28日了，还不支持改送老家，初八回来才拿到！这体验也是真真的服了，过年看的书，时间怎么赔啊？另外这本书适合外国人看，水土严重不服

-----  
非常好 方便 实惠 快捷 非常好 方便 实惠 快捷，非常好 方便 实惠 快捷，非常好 方便 实惠 快捷。

-----  
现货人际的奥秘+人性的奥秘+情绪的奥秘+曾国藩的启示（共4册）情商管理人际人脉之道 曾仕强

-----  
额额额额额额额额额额额额额额

-----  
终于收到我需要的宝贝了，东西很好，价美物廉，谢谢掌柜的！说实在，这是我购物来让我最满意的一次购物。无论是掌柜的态度还是对物品，我都非常满意的。掌柜态度很专业热情，有问必答，回复也很快，我问了不少问题，他都不觉得烦，都会认真回答我，这点我向掌柜表示由衷的敬意，这样的好掌柜可不多。再说宝贝，正是我需要的，收到的时候包装完整，打开后让我惊喜的是，宝贝比我想象中的还要好！不得不得竖起大拇指。下次需要的时候我还会再来的，到时候麻烦掌柜给个优惠哦！

-----  
买这本书是送人的，因为朋友总是控制不住自己的情绪和感情。然后就失去了理智判断。

-----  
看着玩儿 学点儿方法

-----  
帮朋友买的，行万里路，读万卷书，好好学习天天向上，好像是读书日买的挺实惠的……  
.....

-----  
很好用，包装精美，物流很快，直接送货上门，很满意，下次会再来光临

-----  
书是正品，一直信赖京东，货好，价优，运送快，满分好评！！

-----  
还没看，先放着

-----  
朋友推荐的书，收获很多，值得一看！

-----  
感觉自己情商低，买来专门研究一下

-----  
先看的电子书再来买的纸质书，不错

-----  
希望能帮助我改掉坏脾气，那个男生已经离我而去了！我不怪他。。受够了吧……我应该早点做改变的……

-----  
还是纸质书手感好啊，非常有意义的书，在高压力的生活之下，大家都该学一学如何控制情绪。京东送货快，书质量也挺好的。

-----  
买这本书是因为自己很情绪化，还没阅读几页，但是作者这种把人的情感用公式来解释还是很让人容易接受，能走出人生的困扰！

-----  
很不错的一本书，大家可以看看…人总要不断地提升自我的。对吧！

-----  
最近感觉自己情绪有些焦躁，希望这本书能够帮到我

-----  
刚哈更哈更好好好好好好好是其实

-----  
挺喜欢的书，希望看了对自己有帮助！质量不错，隔天就收到了！

-----  
非常经典的著作！语言表达清晰易懂，案例丰富而具代表性。首次出版25年后，本书仍然具有很大的影响力及很强的现实指导意义。非常值得一读！

-----  
买给朋友看的，也是看着豆瓣推荐的，应该不错吧

-----  
速度很快，可惜地址写错，又去客服改了

-----  
书挺好的，快递也很快，希望看完后我可以学会控制自己情绪

-----  
很不错的书，仔细去理解，会有很大的帮助

-----  
包装很好，速度很快，是正版，希望对自己有帮助，以后多看看书

-----  
书包装很好，纸张也好，内容还没有看，相信能给自己一点启示

-----  
非常满意，戴起来很时尚，值得购买

-----  
看评价买的，还没认真阅读，以后再追评。

-----  
装订精美，很不错的一本书。

看着挺有意思的一本书，需要研究研究，看看是否有帮助，

正在读，读完之后会追评。

还没看 感觉对自己挺有用

看起来还是不错的 书的质量很好 纸质也不错 总体好评

不错 养成读书的好习惯 加油 加油

好好好很好废参加！！

此用户未填写评价内容

你认为控制住情绪，现在的社会压力太大了，一定有疑问，需要多努力，这样一些这种，心理学的书籍

物超所值啊值得入手，很愉快的购物体验

不错的产品，欢迎大家购买，好好学习，天天向上！重庆金口财培训学校

-----  
读对了，醒悟了，值得

-----  
一次性买了五本，就《说话的魅力》《分钟和陌生人成为朋友》没有塑封，后者还算干净新，说话的魅力又脏又旧，还有擦不掉的痕迹，还是最贵的一本，真是太不爽了

-----  
这本书写的不错，京东物流也挺快，京东值得信赖！

-----  
情绪是需要控制的，所以看看，吸收一些经验

-----  
质量不错，里面的书页质量也很好。

-----  
书很好，正版，包装精美！支持京东！

-----  
感觉还行，因为我的好朋友总是控制不了自己的情绪，而且还总是在我这里抱怨今天怎么怎么了，买来送给朋友看的我自己也买了两本。好好看？

-----  
书中内容还不错，让我学到了很多

-----  
还没来得及看，感觉质量还可以

-----  
不错，内容适合初学者！

-----  
超划算的一次购物，值得推荐



-----  
还可以一读，有所借鉴的地方。

-----  
不错，漂亮，特别好，非常不错……真的太好了……就是需要这样的……

-----  
很快就收到了，包的很好，没有损坏

-----  
发货速度很快，图书质量很好！

-----  
质量不错，包装很好，双十一很划算，客服态度好也耐心，物流也快，很喜欢

-----  
送个外甥的，不知是否阅读后有所受教。读书总是好的。

-----  
写书评的大部分是托儿吗？这本书在我看来价值非常有限，花了很多时间闲话也没有发现有什么干货。中信出版社是只要给钱都出版哦。以后再不敢买中信出版了

-----  
方便快捷 价格公道 活动时买很合适 够看一阵了

-----  
控制情绪，工作中人的任务之一。

-----  
学心理学的朋友推荐的，关于情绪管理，应该好好了解下

-----  
主要是作者通过自身的经历总结出来的经验，理论性不强

-----  
物流相当给力，很快。出差刚回来，立马打开了，纸张很好，字迹清晰，以后一定会常来买。祝生意兴隆??

-----  
还可以吧 看看在说

-----  
物流快！ 通俗有趣！ 好评！！！！！！！！

-----  
京东物流很赞。但是书本身，坦白讲，翻译的不够好。句子的语序仍然体现的是英译中的思维方式，定语从句很多，句子读起来拗口；一些词前后也不连贯。只能泛读了，经不起推敲。很可惜。

-----  
快递很快 第二天就收到了 卡内基的书 真的值得收藏 不一定马上能解决自己存在的问题 然而可以给自己找一个出口 找一个方向

-----  
挺好，为了公司的图书馆建设，采购的书籍之一。

-----  
好书，自从看了这本书，我老婆的心情好多了。

-----  
帮同事订的，价格很实惠。

-----  
质量很好，包装完整，快递速度快，还好再买。

-----  
因为书名才买的，家人都说我该控制情绪了。

-----  
很好很好很好很好很好很好很好很好很好很好

-----  
买了挺多书，都特别好，就不一一评价了

-----  
新年新气象，加油2018.遇见更好的自己

-----  
收获很多，精神食粮！

-----  
自我提升啊，如何控制自己的情绪：最有效的22个情绪管理定律

-----  
送给年少轻狂的年轻人，很好的一本书

-----  
不错挺好吃的还不错啊哈哈

-----  
希望自己能潜下心来，慢慢看书，学习到东西，修身养性

-----  
包装还不错，里面还没有看呢，不知道怎么样。

-----  
东西不错我很满意以后继续购买

[illegible]

服务不错，速度也很快，很好！

## 国家科技奖可口可乐了看看

还没?, 看完一本再看一本吧

很好的一本书，值得推荐。

很棒的书，希望对我有帮助。

情绪失控，即伤人，又伤己。控制好自己情绪才能更好的与人相处。

不错的 送人的，

不错，质量好、内容充实

书杠杠滴，正版质量过硬

很好，不错的一本书

-----  
好着呢，还没看！

-----  
很棒的！！不错呦

-----  
博学多识，观察自己，多忆感悟，践行提高

-----  
好，很好，非常好。

-----  
收到货了，还不错，快递也很快，书很好

-----  
书很好，很好，就是价格有点贵

-----  
破二二二二爹滴哦，onininlo

-----  
好好好好好好好好好，好好好好好好好好好

-----  
学习是终生的事，多看书多学习

-----  
书很好看，作者太厉害了？

-----

不错不错不错不错不错

控制自己的情绪，人生的成功更近一步

我喜欢的书，物流人员好。

刷头条，不如学知识，增强认知，积极面对人生苦难。

还好，就是才两百多页，这是正版吗？会不会漏了好多

非常不错的一本书

东西不错京东东西就是好

书还不错，就是有点小贵……

分析一下，自己的心理情况

管理好自己的情绪影响

‘还可以

-----  
很不错的书 要好好学习了

-----  
好书。值得购买。科学养育孩子，应该多读书，少走弯路

-----  
帮助同事买的，服务快又好，有免费运送券，京东的优势，打白条更实惠！

-----  
我为什么喜欢在京东买东西，因为今天买基本明天就可以送到；我为什么每个商品的评价都一样，因为我在京东买的东西太多太多了，来不及挣评价京豆，所以我选择批处理评价内容。在京东购物这么久，有买到很好的产品，偶尔也有买到比较糟糕的产品，但是好在糟糕的基本都能退，所以如果你能看到评价，就是这个产品还是挺靠谱的。

-----  
非常满意，物流很快，质量很好，体验不错，下次再买！

-----  
又是一本儿，控制情绪的时候，读一读，非常有用

-----  
印刷清晰 慢慢看

-----  
非常好very good continue buying

-----  
家里大部分书都从京东商城购得，方便，种类齐全！

-----  
宝贝很不错，愿自己能学到如何控制情绪~

-----

快递速度客观，包装完整，书是正版的，京东一如既往的好，满意！

-----  
日行千里路，夜读十页书～支持京东

-----  
可以本书不错

-----  
刚收到书本，还没细读，看着挺精美的，期待阅读后有不一样的眼界。

-----  
正版，纸质不错，看完以后再追加评价。

-----  
感觉不是跟好

-----  
很好，非常好

-----  
书本很好，物流很快，纸质很好。棒棒棒！

-----  
买买买买买买

-----  
，。。。。。

-----  
搞活动买的，慢慢看。。



-----  
[如何控制自己的情绪：最有效的22个情绪管理定律 \[Emotional Equations\] 下载链接1](#)

## 书评

[如何控制自己的情绪：最有效的22个情绪管理定律 \[Emotional Equations\] 下载链接1](#)