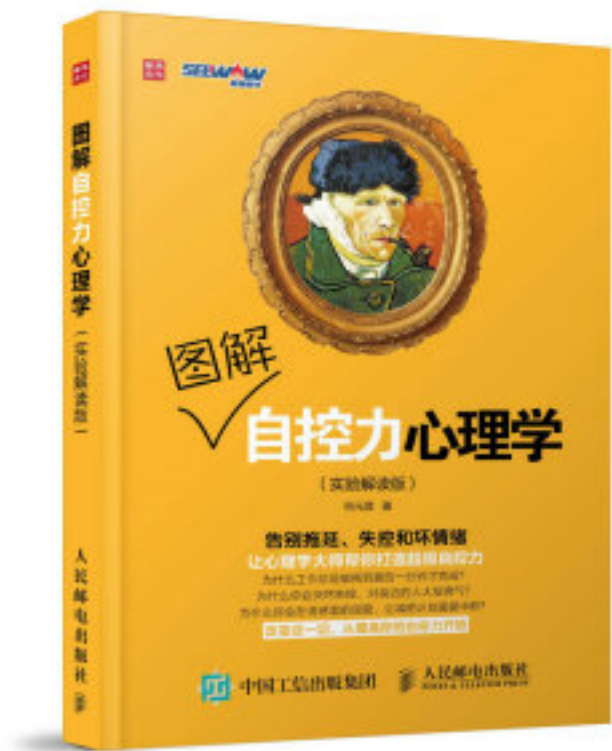


图解自控力心理学（实验解读版）



[图解自控力心理学（实验解读版）_下载链接1_](#)

著者:谷元音 著

[图解自控力心理学（实验解读版）_下载链接1_](#)

标签

评论

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。1990年我在《纽约时报》担任科学记者的时候，偶然在一本不太知名的学术刊物上看到新罕布什尔大学约翰·梅耶和耶鲁大学彼得·萨洛维两位心理学家撰写的文章，他们在文章中第一次提出了“情绪智力”的概念。

作者简介
丹尼尔·戈尔曼，哈佛大学心理学博士，现为美国科学促进会研究员，曾四度获颁美国心理协会最高荣誉奖项，并荣获美国心理学会终生成就奖。其经典著作《情商》，畅销逾500万册，高居《纽约时报》畅销书排行榜18个月。他还曾在《纽约时报》任职12年，负责大脑与行为科学方面的报道；他还是《今日心理学》资深编辑，文章散见全球各重要报章。畅销著作除了《情商》之外，还著有《生态商》、《社交商》等书。

【内容简介】 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》自出版十几年以来，“情商”这一术语现已成为人们的日常用语。作者利用大脑与行为科学的突破性研究，说明了高智商的人表现不佳、普通智商的人表现出色的影响因素。这些因素包括自我意识、自律和同理心，它们不是天生固有的，却能为我们提高智力另辟蹊径。情绪智力成形于我们的童年时期，但可在成年时期得到培育和加强——这对我们的健康、人际关系以及工作将会产生直接益处。

情商是一种基本生存能力，决定你其它心智能力的表现，也决定你一生的走向与成就。

《情商》10周年纪念版反映了最新的研究进展以及作者最新的思考认识，同时作者还在书中对他在世界各地演讲期间遇到的重点问题进行了解答。情商研究是一个快速发展的领域，新增的附录部分，为读者提供情商领域最佳的参考资料。

令人耳目一新的《情商》，是走向**的新愿景，是改变你我以及后代未来的人生必修课。

[图解自控力心理学（实验解读版）_下载链接1](#)

书评

[图解自控力心理学（实验解读版）_下载链接1](#)