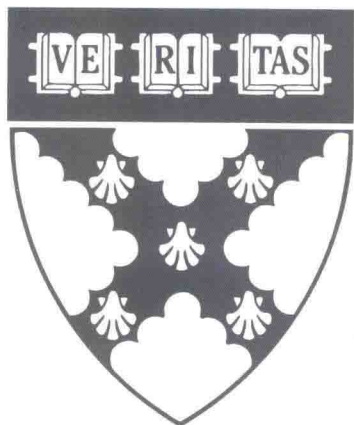




姜睿焘◎主编

历练心智，人生路上的无价之宝
拨云见日，改变命运的成功指南

HARVARD



经典

哈佛情商课

哈佛智商课

哈佛财商课

汕头大学出版社

HARVARD

VERI TAS

经典

哈佛情商课
哈佛智商课
哈佛财商课

姜睿焘◎主编

汕头大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

经典哈佛情商课 哈佛智商课 哈佛财商课 / 姜睿
焘主编. — 汕头: 汕头大学出版社, 2014. 6

ISBN 978-7-5658-1367-2

I. ①经… II. ①姜… III. ①情商-通俗读物②智商-通俗读物③商业经营-通俗读物 IV. ①B842.6-49
②B841.7-49 ③F715-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 101614 号

经典哈佛情商课 哈佛智商课 哈佛财商课

JINGDIAN HAFO QINGSHANGKE HAFO ZHISHANGKE HAFO CAISHANGKE

总策划: 杨建峰

主 编: 姜睿焘

责任编辑: 宋倩倩

责任技编: 黄东生

装帧设计: 松雪图文 王 进

印刷监制: 高 峰 苏画眉

出版发行: 汕头大学出版社

广东省汕头市汕头大学内 邮编: 515063

电 话: 0754-82904613

印 刷: 北京鹏润伟业印刷有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 27.5

字 数: 680 千字

版 次: 2014 年 6 月第 1 版

印 次: 2014 年 6 月第 1 次印刷

定 价: 59.00 元

ISBN 978-7-5658-1367-2

发行/广州发行中心 通讯邮购地址/广州市越秀区水荫路 56 号 3 栋 9A 室 邮编/510075

电话/020-37613848 传真/020-37637050

版权所有, 翻版必究

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换

敬启

本书在编写过程中, 参阅和使用了一些报刊、著述和图片。由于联系上的困难, 我们未能和部分作品的作者(或译者)取得联系, 对此谨致深深的歉意。敬请原作者(或译者)见到本书后, 及时与我们联系相关事宜。联系电话: 010-84853028 联系人: 松雪

HARVARD

情商、智商、财商是一个人获取成功的三大基本素质，哈佛大学对于学生在这三方面的训练给予了高度的重视，把它们并列为学生不可或缺的“三商”，置其于教授具体的知识和技能之前。哈佛大学的理念：情商是开启心智的钥匙，是激发潜能的要诀，是获得成功的力量源泉，它决定着人其他心智能力的表现，也决定着人一生的走向与成就，一个人没有良好的情商，即使再聪明，也不会有大的发展；智商是人们认识客观事物并运用知识解决实际问题的能力，其核心是思维能力，提高智商最有效的途径是学会高效的思考方法；财商是人们获取财富的关键。智商能令人聪明，但不能使人富有，情商可帮助人寻找财富，只有财商才能让人赚取财富，并且使财富持续不断地增值。

前言

PREFACE

创立于1636年的哈佛大学,300多年来造就了难以计数的精英人物,其中包括8位美国总统、40位诺贝尔奖得主和32位普利策奖获得者。此外,哈佛大学是全球造就亿万富豪最多的大学,它的商学院被喻为“总经理摇篮”,培养了微软、IBM等一个个商业神话的缔造者。哈佛大学之所以能在文学、思想、政治、科研、商业等方面都培养出灿若群星的杰出人才,是因为它在培养和提高学生的情商、智商及财商方面有着一套独特的方法。

情商、智商、财商是一个人获取成功的三大基本素质,哈佛大学对于学生在这三方面的训练给予了高度的重视,把它们并列为学生不可或缺的“三商”,置其于教授具体的知识技能之前。哈佛大学的理念:情商是开启心智的钥匙,是激发潜能的要诀,是获得成功的力量源泉,它决定着人其他心智能力的表现,也决定着人一生的走向与成就,一个人若没有良好的情商,即使再聪明,也不会有大的发展;智商是人们认识客观事物并运用知识解决实际问题的能力,其核心是思维能力,提高智商最有效的途径是学会最高效的思考方法;财商是人们获取财富的关键。智商能令人聪明,但不能使人富有,情商可帮助人寻找财富,赚取人生的第一桶金,只有财商才能保存这第一桶金,并且让它不断地增值。

情商是指人在情绪、情感、意志、耐受挫折等方面的品质。《经典哈佛情商课 哈佛智商课 哈佛财商课》以哈佛大学在情商方面的成功教学案例为基础,系统而深入地阐述了情商的相关理论,提出了很多可以帮助读者提高情商的具体措施,让读者在轻松的阅读中,犹如徜徉在哈佛大学的文化殿堂,切身感受到情商带给自己的深刻体悟与巨大能量,从而更好地驾驭自己的情绪,把握自己的命运,成就美好的未来。

智商是人们认识客观事物并运用知识解决实际问题的能力,包括观察力、注意力、想象力、思维力和记忆力五个基本要素,其中以思维力为核心。哈佛大学一直将培养青年学子超常的思维能力放在教授具体的知识技能之前。《经典哈佛情商课 哈佛智商课 哈佛财商课》重点介绍了发散性思考法、水平思考法、灵感思考法、转换思考法、类比思考法、倒转思考法、形象思考法、图解思考法这八种哈佛大学用以训练学生思维能力的思考方法。掌握

这些思考方法能极大地提高你的智商,让你高效地思考的,在工作和生活中快速找出解决问题的突破口,迈向成功。

财商是指一个人在财务方面的智力,即理财的智慧。《经典哈佛情商课 哈佛智商课 哈佛财商课》以哈佛的财富思想对你的财商进行教育、训练,让你的财商思维与哈佛理念同步,学会富人的思维方式、理财方式、赚钱方式,掌握提高财商的基本方法;提升你的商机洞察力、综合理财力,让你获得正确认识和运用金钱及金钱规律的能力,洞悉多种投资致富途径的玄妙,学会架构自己的投资策略体系,掌握实用的投资方法等。实践证明,只要具备了较高的财商,就能在今后的事业中游刃有余,机会自然也就接踵而来,对财富的渴望也就会变成现实。

《经典哈佛情商课 哈佛智商课 哈佛财商课》浓缩了百年哈佛在情商、智商和财商方面的精彩教学课程,让广大未能进入哈佛学习的朋友也能领略名校的成功智慧,用世界上最先进、最有效的方法快速提升自己的情商、智商和财商,成为社会精英人物,成就卓越人生。

听哈佛情商课,让你有效管理自我情绪,充分发挥组织协调能力,成为你所在行业中的出色领导者;听哈佛智商课,让你掌握最高效的思考方法,提高自己的智商;听哈佛财商课,让你领悟世界超级富豪非凡的财富理念,用富人特有的思维方式去理财,去赚钱。还等什么?赶紧打开这本《经典哈佛情商课 哈佛智商课 哈佛财商课》,去收获属于自己的辉煌成就吧!

目录

CONTENTS

上 篇 哈佛情商课

第一课 情商决定命运

一 情商及其价值	2
情商分类	2
情商的价值	4
二 情商的内涵	6
人际交往的能力	6
感知他人情绪的能力	7
自我激励的能力	9
控制自我情绪的能力	10
自我认知的能力	12

第二课 学会认识自我

一 主动认识自我	15
理智地看待自己	15
情商的核心价值是什么	16
二 认识自我的途径	16
另一个旁观的自我	16
从他人的眼中看自己	18
反省助你破译自我魔镜	20

第三课 保持自信状态

自信的特点	22
自信是成功的基石	24

第四课 懂得自我管理

一 自我管理的重要性及方法	26
要学会从心境开始改变自己	26
不要轻易发怒	27
培养良好心理素质	27
二 如何管理自我情绪	28
接受情绪才能管理情绪	28
学会灵活控制情绪	29
用宽大的胸怀包容他人	30
克制愤怒	31
乐观才有希望	32
坚持就是胜利	32

第五课 具备逆境情商

一 成功必备的逆商	34
成功路上需要挫折	34
压力即动力	35
将挫折变为动力	36
身处逆境不气馁才能成功	37
困难磨炼坚强毅力	38
不要甘于平庸	39
坦然面对得失	40
坚持自我就能成功	42
二 学会走出逆境	43
勇于挑战命运	43
保持积极心态	44
成功者致力于开创未来	45
努力改变困境	47

保持生活激情	48
分析失败原因有助成功	49
得到荣誉也要不断挑战	51
永不言悔	51
突破束缚	53
勇于挑战极限	54
过好每一天	54
绝望中怀有希望	55

第六课 学会自我激励

一 自我激励的作用	58
积极心态需从小培养	58
进行自我暗示	59
不要畏惧逆境	59
消极的信念是厄运的始作俑者	60
让信念支撑自己的努力	60
孤独也会激励自己	61
学会保持乐观	61
二 学会自我激励	62
需求理论	62
不断挑战自己	64
超越自我	65
有志者事竟成	66
借用思考和灵感的力量	66
渴望激发斗志	67
正确运用冥想	68
调和内外	69

第七课 怎样从外表了解他人

从眼睛观察别人	70
从笑看人	71
从习惯动作看人	72
打电话姿势看人	73
从走路姿势看人	74
衣着识人	75

从化妆识人	76
从领带看男人	77
从包看人	79
颜色识人	80
捕捉生活细节	82
从吸烟方式识人	83
从口头禅识人	84
从字看人	85
知彼方能影响他人	86
角色转换与情绪表现	87

第八课 努力拓展人脉

一 成功要靠人脉	90
人脉是财富	90
人脉很重要	91
人脉即护身符	92
人脉助转运	93
付出真心才有好人脉	94
人脉是潜在资源	95
机遇从人脉来	97
二 拓展人脉的绝招	98
滴水之恩涌泉报	98
学会团结他人	99
合理定目标	100
乐于助人	101
为别人着想	102

第九课 掌握沟通技能

沟通秘诀	104
注意眼神	105
倾听他人	106
接电话也应微笑	107
学会幽默	108
自嘲引好感	108
夸张增幽默	108

有意曲解	109
用类比反驳	109
注意身份劝争执	110
以情动人	110
转换思想化矛盾	111
使用普通话	112
注意退让	112
运用双关语	113
学会随机应变	113
为对方打圆场	113
勿幸灾乐祸	114
良好的沟通能使人迅速达到目的	114
良好的沟通促成理解	116
沟通使矛盾化解	117
沟通是说话的学问	119

第十课 培养团队情商

一 团队情商的重要性	121
多注意他人	121
学会分享与合作	122
好的人际关系助成功	123
学会有效沟通	125
求同存异	126
注意团队精神	127
以双赢为目的	128
二 融入团队的诀窍	129
视同事为朋友	129
尊重别人的私人空间	130
三 高情商带来高效团队	131
洞悉心情	131
保护信用	132
适当示弱	134
以德服人	134

第十一课 男人情商训练

富自寓于险	136
-------------	-----

想赢就要敢打敢拼	137
抓住机会,不畏失去	139
置之死地,背水一战	141
聪明的人不和别人争同一个机会	142
过于软弱,换来的只是纵容	143
“以恶制恶”,在气势上占得领先地位	144
做人,要棱角与策略兼顾	145
嗅觉灵敏,先人一步	146
要想不被淘汰,必须提升自身能力	147
遭遇挫折时,试着改变自己	148
不断学习,充实自我	149
通往成功的道路是勤奋	150
好学是成功的前提条件之一	152
摆脱依赖心理	154
培养积极的生活态度	156
学习他人的智慧	157
走弯路是为了走最快之路	158
不要幻想天上掉馅饼	159
不要被别人左右	160
该放手时就放手	161

第十二课 女人情商训练

情绪控制的钥匙	163
人际沟通的优势	165
“妇人心”的调整	170
承受挫折的能力的培养	171
初恋的误区	175
热恋中如何把握自我	178
明天阳光会更明媚	180
走过情感的幽径	183
新同居时代	188
保鲜爱情	190
来生还要一起走	194
如何做贤妻良母	197
家庭与事业的选择	202
超重的负荷	204

中 篇 哈佛智商课

第一课 感受哈佛的智商课

成功者都是聪明的思考者	208
正确思考	209
靠思考不靠运气	211
思考有技巧	212

第二课 发散性思考法

学会发散性思考	215
特性发散法	216
头脑风暴法	218
关系发散法	220
因果发散法	221
辐射发散法	223
组合发散法	225

第三课 水平思考法

水平思考法	227
运用概念扇	228
激发和移动	232
激发的出现	233
摆脱型激发	235
踏脚石激发	237
细丝技巧	239

第四课 灵感思考法

灵感的特征	241
-------------	-----

灵感的激发和运用	242
逼发灵感	244
触发灵感	245
诱发灵感	246
自发灵感	248

第五课 转换思考法

学会转换思考	250
转换目标	252
转换材料	253
转换原理	254
问题转换	255
价值转换	256
视角转换	257

第六课 类比思考法

运用类比	259
综摄类比	260
仿生类比	261
因果类比	262
幻想类比	263
间接类比	264
直接类比	265

第七课 倒转思考法

运用倒转思考法	266
条件倒转法	267
作用倒转法	268
方式倒转法	268
过程倒转法	269
结果倒转法	270
倒转人物	270
倒转情景	271

第八课 形象思考法

运用形象思考	273
引导想象	274
取代想象法	275
组合想象法	276
运用飞越联想	277
相对联想	278
相关联想	279
相似联想	280
妙用联想	280

第九课 图解思考法

图解思考法	282
为什么用图解	283
进入读图时代	284
图解的类型	285
如何画图解	286
好的图解,不好的图解	287
提升图解的说服力	287

第十课 十根思考棒

喋喋不休	289
错误类比	290
制造两难境地	292
玩文字游戏	293
因不及果	294
因为你错,所以我对	296
对人不对事	297
人身攻击	298
制造恐惧、疑惑、不确定	300
玩权威牌	301

下 篇 哈佛财商课

第一课 转变财富观念

自己做主	304
克服恐惧	307
坚守诚信	309
不发横财	310
商誉靠人性化服务	313
注重信誉	315

第二课 学会组合投资

健康保险规划的意义和作用	317
健康保险规划流程与方法	318
教育金保险规划的意义和作用	320
教育金保险规划流程	321
房产项目合法早知道	322
如何挑选商品房	323
投资看房五原则	326
收藏的概念和定义	326
当前经济态势说“收藏”	327
收藏品分类	328
收藏品选择	330
方便的投资方式——股票	331
认识股市的基本游戏规则	332
认识股票的种类	335
如何拥有真正值钱的股票	337
什么是债券	338
债券的主要种类	340
债券与其他金融工具的比较	342
债券投资的品种	345
认识黄金	346
黄金投资的特点和优势	348
黄金投资的准备	350

第三课 年轻人财商训练

金钱是人在社会中自由的保证	352
让金钱发挥它的价值	353
不要只知道赚钱,还要懂得享受	353
正确认识金钱	354
培养储蓄的好习惯	355
人的第一桶金非常重要	356
欲投资,必先控制消费	357
上班的真正目的是攒钱投资	359
二十几岁时最好不要把买车作为投资	360
投资一定要留有后备金	361
最好别做赢得起但输不起的投资	363
投资不是赌博,要懂得资源配置	364
注意形势变化,进行投资组合	365
要注意投资品的风险、收益、流动性	367
分散投资风险	368
注重理财,稳中求好	369
节流——支出等于收入与存数的差值	370
开源——从赚小钱到赚大钱	371
积小钱才能成大钱	371
关于理财的六个错误观念	372
中国人存在的五个理财错误	373
使你误入歧途的八种理财方式	376
需要注意的理财陷阱	377

第四课 男人财商训练

没钱的男人会自贬身价	380
没钱的男人有交际恐惧心理	381
没钱的男人易遭冷落	382
没钱的男人交际范围窄	383
没钱的男人如何处世	383
男人要努力使自己成为“淘金者”	384
时间就是金钱	385
养成节约的习惯	386
管住自己,把钱的价值发挥出来	387