

БЕЗ ОБИД!

КАК ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ
ПОМОГАЕТ ОБЩАТЬСЯ С КОЛЛЕГАМИ
И РУКОВОДСТВОМ



КАРТИНА ВЕРМЕЕРА «ДЕВУШКА С ДОМИНИРУЮЩИМ КОЛЛЕГОЙ»

ЛИЗ ФОССЛИЕН

МОЛЛИ ВЕСТ ДАФФИ



ОГЛАВЛЕНИЕ

Глава 1. Будущее эмоционально	9
Глава 2. Здоровье	23
Работать, не играть	28
Парадокс позитивности	41
Резюме	54
Глава 3. Мотивация	55
Почему у вас нет мотивации?	58
Резюме	86
Глава 4. Принятие решений	87
На развилке	89
Что убрать, а что оставить	91
Прием на работу	104
Чек-лист для принятия решений	112
Резюме	118
Глава 5. Команды	119
Психологическая безопасность	122
Да здравствует конфликт	130
Придурки, несогласные и бездельники	143
Резюме	152

Глава 6. Коммуникация	153
Обращаясь к слону, стоящему посреди комнаты	156
Почему нельзя «просто взять и все обсудить»?	162
Обратная связь	177
Цифровая недокоммуникация	185
Резюме	192
Глава 7. Культура	193
Как зарождается культура	198
Сопричастность	207
Как убедиться, что сопричастность развивается правильно.	217
Резюме	225
Глава 8. Лидерство	227
Выборочная уязвимость	230
Укажите дальнейший план действий	234
Другие виды лидерства	242
Резюме	253
Заключение	255
Семь правил	258
Резюме всех глав	258
Справочник эмоциональных навыков	262
Что такое эмоция?	262
Тест для оценки эмоциональных склонностей	271
Как применить полученные знания?	271
Сокращенный тест: эмоциональные склонности	272
Благодарности	279
От издательства	283
Примечания	.piter.com