

۲۱۲۵۷۲۵

هنر و زیبایی

www.ketab.ir

سرشناسه	:	مکفیت، شون
عنوان و نام پدیدآور	:	McPheat, Sean
مشخصات نشر	:	هوش هیجانی / نویسنده سین مکفیت، مترجم طوبی مردانی.
مشخصات ظاهری	:	بروجرد: اردوی سوره، ۱۳۹۹.
شابک	:	۸۲ ص.
وضعیت فهرست نویسی	:	۹۷۸-۶۲۲-۷۴۶۵۰۳-۷
یادداشت	:	فیفا
موضوع	:	عنوان اصلی: Emotional intelligence
موضوع	:	هوش هیجانی
شماره افزوده	:	Emotional intelligence
رده بندی کنگره	:	مردانی، طوبی، ۱۳۶۷ - مترجم
رده بندی دیویی	:	BF۵۷۶
شماره کتابشناسی ما	:	۱۵۲/۴
	:	۷۲۸۳۷۰۶

هوش هیجانی	
نویسنده: سین مکفیت	
مترجم: طوبی مردانی	
رده بندی: نشر اردوی سوره: روانشناسی	
طراح جلد: مرتضی گودرزی	
سفحه آرا: محمدرضا سالی	
مدیر: ویرا: نذر میدخت چگنی	
ناظر فنی چاپ: هره چگنی	
طهرانی	
نوبت: ۱۳۰۰	
شمارگان: ۱۰۰۰	
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۴۶۵۰۳-۷	
قیمت: ۳۵۰۰۰	



کلیه حقوق برای نشر اردوی سوره محفوظ است.

آدرس: لرستان، بروجرد، خیابان بهار، پاساژ خوزستان، طبقه دوم، انتشارات اردوی سوره

تلفن: ۰۶۶-۴۲۵۲۸۲۵۲

وبسایت: www.aredvisura.ir

پست الکترونیکی: aredvisura@gmail.com

فهرست

پیشگفتار

۷|

۱. ضروری بر هوش هیجانی

۱۱|

۱.۱ مقدمه

۱۲|

۱.۲ نظریات پای هوش چندگانه

۱۴|

۱.۳ اهمیت هوش ها

۱۶|

۱.۴ هیجانات مغز

۱۹|

چرا هوش هیجانی در مثل کار اهمیت دارد

۲۱|

۲.۱ مقدمه

۲۳|

۲.۲ نمونه های مطالعه موردی

۲۶|

مدل های هوش هیجانی

۳۱|

۳.۱ مقدمه

۳۲|

۳.۲ مدل مبتنی بر توانایی

۳۳|

۳.۳ مدل خصوصیت هوش هیجانی

۳۵|

۳.۴ مدل های ترکیبی هوش هیجانی

۳۵|

خودآگاهی

۳۹|

۴.۱ مقدمه

۴۰|

۴.۲ خودآگاهی هیجانی

۴۱|

۴۷	خود مدیریتی
۴۸	۵.۱ مقدمه
۴۹	۵.۲ کنترل فردی
۵۵	۵.۳ قابلیت اعتماد
۵۶	۵.۴ درستکاری
۵۷	۵.۵ قابلیت انطباق
۵۸	۵.۶ جهت گیری دستاورد
۵۹	۵.۷ پیشگامی
۶۱	آگاهی اجتماعی
۶۲	۶.۱ مقدمه
۶۳	۶.۲ همدلی
۶۷	۶.۳ آگاهی سازمانی
۶۸	۶.۴ جهت گیری خدمات
۷۱	مهارت های اجتماعی
۷۲	۷.۱ مقدمه
۷۳	۷.۲ اثرگذاری
۷۴	۷.۳ رهبری
۷۵	۷.۴ توسعه دیگران
۷۶	۷.۵ برقراری ارتباط
۷۷	۷.۶ تغییر کنش یار
۷۸	۷.۷ مدیریت تعارض
۸۰	۷.۸ ایجاد پیوند
۸۰	۷.۹ کار تیمی و همکاری



پیشگام

ما همگی فردی را می‌شناسیم که به‌طور باورنکردنی باهوش است و همچنان نمی‌تواند بزرگ شود را جمع‌وجور کند. دانش‌آموز باهوشی که به خاطر نمرات بد از دانشگاه خراج می‌شود، یا کارگر باذکاوتی که نمی‌تواند در شرکت محل کارش ارتقا یابد. بر اساس شناختی که از آن‌ها داریم می‌دانیم که آن‌ها از یک سطح سوم خوب تا عالی برخوردارند، اما به نظر می‌آید این برای موفقیت کافی نیست؛ و در این حال، احتمالاً می‌توانیم به شکلی توصیف کنیم که چرا احساس می‌کنیم این افراد موفق نبوده‌اند. توصیفات ما شامل ویژگی‌ها یا رفتارهای خاصی می‌شود که هیچ ربطی به هوش و ذکاوت ندارد.

در طول زمان، دانشمندان این موضوع را مورد مطالعه قرار داده‌اند که چرا هوش استاندارد برای پیش‌بینی عملکرد یک فرد کافی نیست. آن‌ها به این نتیجه رسیدند که یک نوع دیگر از هوش وجود دارد که به هوش شناختی استاندارد مربوط نمی‌شود - این نوع دیگر هوش هیجانی نامیده می‌شود.



در این کتاب می‌گوییم هوش هیجانی چیست، چگونه می‌توانید کشف کنید که هوش هیجانی حقیقی‌تان چیست و چگونه، با درک هیجانات خود و دیگران، می‌توانید مهارت‌های رهبری و مدیریت خود را به سطح بعدی هدایت کنید.

سین ام سی فیت، مؤسس و مدیر ارشد متخصصین توسعه مدیریت، آموزش MTD نویسنده این کتاب است. سین درسی‌ان، بی‌بی‌سی، ای‌بی، در پایگاه‌های رادیویی متعدد حضور داشته و با بسیاری از روزنامه‌ها مشارکت کرده است. او در بیش از ۲۵۰ انتشارات مختلف به‌عنوان رهبر فکری، رمزین، صنعت آموزش و توسعه مدیریت فعالیت داشته است.

MTD به ما - چندین سال در خدمت انواع مختلفی از مشتریان (هم بزرگ و هم کوچک) در ایالات بریتانیا و به‌طور بین‌المللی بوده است.

MTD در فراهم نمودن موارد زیر تخصص دارد:

- دوره‌های آموزش مدیریت، سازگار و خانگی (طول دوره ۱-۵ روز)
- دوره‌های باز (که از طریق ایالات بریتانیا در مکان‌های مختلف ارائه می‌شود)

- برنامه‌های توسعه رهبری و مدیریت (۵ روز تا ۲ سال)

- مربیگری مشارکتی و اجرایی (با مدیران ارشد یا متوسط)

MTD حیطه گسترده‌ای از دوره‌ها و برنامه‌های آموزش مدیریت را فراهم می‌کند، این برنامه‌ها مدیران جدید و باتجربه را قادر می‌سازد تا با کسب و پالایش مهارت‌های رهبری و مدیریت خود پتانسیل آن را به حداکثر برسانند.

گروه تعلیم‌دهندگان و مشاوران باتجربه و بامهارت ما همگی در نقش مدیران ارشد حرفه‌های متمایزی دارند و کوله باری از تجارب عملی را با خود به همراه آورده‌اند. در آموزش MTD ما راه‌حلی را طراحی کرده و ارائه



می‌دهیم که با نیازهای خاص شما متناسب باشند و احتیاجات آموزشی شما تناسب خوبی با فرهنگ، سبک یادگیری و شیوه‌های کاری‌تان داشته باشد. برنامه‌های ما در هر کجا و هر زمانی که به آن‌ها نیاز داشته باشید، ارائه می‌شوند! ما باور داریم که آموزش باید جالب و بسیار تعاملی باشد و فن‌ها و روش‌های عملی دنیای واقعی را فراهم آورد- و این دقیقاً همان چیزی است که ارائه می‌دهیم.