

УДК 159.923.35
ББК 88.912
Ш12

Шабанов, С.

Ш12 Эмоциональный интеллект. Российская практика / Сергей Шабанов, Алена Алешина. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014. — 429 с.

ISBN 978-5-91657-900-0

Многие полагают, что эмоциям в бизнесе не место. Есть и другая точка зрения: необходимо наполнить эмоциями компанию, и только тогда она сможет стать великой. Кто прав?

Навыки эмоциональной компетентности помогают людям получать больше удовольствия от жизни и более эффективно управлять собой и поведением других людей. В этой книге авторы предлагают читателю свой подход к эмоциям и эмоциональной компетентности.

УДК 159.923.35
ББК 88.912

Все права защищены.

Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая фирма «Вегас-Лекс»

VEGAS LEX

ISBN 978-5-91657-900-0

© Сергей Шабанов, Алена Алешина, 2013
© Оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2013

Оглавление

8	Введение
13	Глава первая. Ничего личного, просто бизнес?
46	Глава вторая. «Как вы себя чувствуете?», или Осознание и понимание своих эмоций
128	Глава третья. Осознание и понимание эмоций других
185	Глава четвертая. «Учитесь властвовать собой», или Управление своими эмоциями
298	Глава пятая. Управление эмоциями других
425	Благодарности
427	Об авторах