

howto

เข้าถึงพลังและประสิทธิภาพอีกระดับ

เมื่อคุณใช้อารมณ์อย่างฉลาดกับงานของคุณและทุกคนที่ทำงานกับคุณ

ทำงานกับคน ต้องใช้อารมณ์ให้เป็น

NO HARD FEELINGS



ทำงานกับคนต้องใช้อารมณ์ให้เป็น = No

HF5548.8 พ181พ 2565 ก.1



Barcode *10053919*

ห้องสมุดวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์

ฉบับครั้งที่ 3

ลิส ฟอสเสียน และ มอลลี เวสต์ ดัฟฟี เขียน
อริสา บุญช่วย แปล

WALL STREET
JOURNAL BESTSELLER
—
FORTUNE'S BEST BOOK
OF THE YEAR

สารบัญ

บทที่ 1 : อนาคตเป็นเรื่องของอารมณ์	1
บทที่ 2 : สุขภาพ คลังงานให้น้อยลง ทำไมไม่ลองผ่อนคลายดูบ้าง จะได้สุขภาพดีขึ้น	19
บทที่ 3 : แรงบันดาลใจ สองสร้างแรงบันดาลใจให้ตัวเอง ทำไมถึงไปต่อไม่ได้ และยิ่งไงถึงจะไปต่อได้	51
บทที่ 4 : การตัดสินใจ อารมณ์เป็นส่วนหนึ่งของสมการ ทำไมการตัดสินใจที่ดีถึงขึ้นอยู่กับ การตรวจสอบ อารมณ์ของคุณ	83

บทที่ 5 : การทำงานเป็นทีม

ความปลอดภัยทางใจต้องมาก่อน

ทำไม “อย่างไร” จึงสำคัญมากกว่า “ใคร” 115

บทที่ 6 : การสื่อสาร

ความรู้สึกไม่ใช่ข้อเท็จจริง

ทำไมคุณถึงไม่ควรอ่อนไหวกับอารมณ์ตัวเอง 147

บทที่ 7 : วัฒนธรรม

วัฒนธรรมด้านอารมณ์ที่ไหลหลั่งมาจากตัวคุณ

ทำไมการกระทำเพียงเล็กน้อยถึงสร้างความแตกต่าง
ที่ยิ่งใหญ่ได้ 189

บทที่ 8 : กาวะผู้นำ

จงอ่อนไหวให้ถูกเรื่อง

ทำไมวิธีที่คุณแบ่งปันเรื่องราวของคุณจึงสำคัญ 225

บทสรุป 253

กฎใหม่เรื่องการใช้อารมณ์ในที่ทำงาน 257

แหล่งข้อมูลเพิ่มเติมด้านอารมณ์ 261

แบบทดสอบแนวโน้มนด้านอารมณ์ 270

คำขอบคุณ 278