

اثر بخشی آموزش هوش هیجانی

www.ketab.ir

تالیف :

مهدیس شاهینی

سرشناسه	شاهینی، مهدیس، ۱۳۶۴ -
عنوان و نام پدیدآور	اثربخشی آموزش هوش هیجانی / تألیف مهدیس شاهینی.
مشخصات نشر	گرگان: انتشارات نوروزی، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	۶۲ ص.
شابک	978-622-02-1438-0
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	کتابنامه: ص. ۵۴ - ۵۷
موضوع	هوش هیجانی- Emotional intelligence
موضوع	انگیزش در کار- Employee motivation
موضوع	فشار روانی کار
موضوع	Job stress
رده بندی کنگره	۵۷۶BF
رده بندی دیویی	۴/۱۵۲
شماره کتابشناسی ملی	۷۵۷۵۰۵۶
وضعیت رکورد	فیا

اثربخشی آموزش هوش هیجانی

تألیف: مهدیس شاهینی

نوبت چاپ: اول-۱۳۹۹

مشخصات ظاهری: ۶۴ ص

قطع: وزیری

شمارگان: ۳۰۰

شابک:

چاپ و نشر: نوروزی-۰۱۷۳۲۲۴۲۲۵۸

قیمت: ۱۸۰۰۰ تومان

حق چاپ برای نویسنده محفوظ می باشد.



گلستان، گرگان، خیابان شهید بهشتی، پاساژ رضا، کدپستی ۴۹۱۶۶۵۷۳۷۶

entesharatnoruzi

۰۱۷-۳۲۲۴۲۲۵۸-۰۹۱۱۳۷۵۳۴۹۷

www.entesharate-noruzi.com entesharate.noruzi@gmail.com

فهرست

۷.....	مقدمه:
۱۲.....	اهمیت و ضرورت تحقیق اثربخشی آموزش هوش هیجانی
۱۳.....	تعاریف عملیاتی:
۱۳.....	- انگیزش شغلی:
۱۳.....	- فرسودگی شغلی:
۱۴.....	هوش:
۱۵.....	مغز و رابطه آن با هیجانات:
۱۶.....	قلب و رابطه آن با هیجانات:
۱۷.....	تعریف هوش هیجانی:
۲۱.....	تاریخچه هوش هیجانی:
۲۲.....	چند نظریه در ارتباط با هوش هیجانی:
۲۳.....	نظریه گلمن:
۲۶.....	مولفه های دیگری از هوش هیجانی:
۲۷.....	هوش هیجانی و رابطه آن با هویت:
۲۸.....	تعریف انگیزش:
۳۰.....	تاریخچه انگیزش:
۳۰.....	خواص اساسی انگیزه ها:
۳۴.....	فرسودگی شغلی:
۳۹.....	عوامل زمینه ساز و مرتبط با فرسودگی شغلی:
۴۰.....	تعارض نقش:
۴۰.....	ابهام نقش:
۴۰.....	از دیداد نقش:

مقدمه:

عصری که در آن زندگی می‌کنیم، عصری جدید از دستاوردهای عظیم علمی و تکنولوژی، عصر پیشرفت می‌باشد، براین مبنا در چنین شرایطی تغییر و تحولات عمیقی در زندگی افراد و اشتغال آنها به وجود می‌آید. امروزه سازمان‌ها برای رسیدن به اهداف و برنامه‌های خود در صددند تا راهکارهایی جهت سازگاری مطلوب کارکنان خود با چنین تغییرات عظیمی به وجود آورند. توسعه ملی و توسعه بخش‌های اقتصادی و اجتماعی کشور جز با کمک نیروی انسانی کارآمد و کارآفرین که بتواند بر مشکلات و موانع راه غلبه کند، میسر نمی‌باشد. نیروی انسانی مجرب و ماهر اهرم رشد و توسعه ملی است.

امروزه در محیط کاری توانایی انجام کارها به وضوح یک ضرورت پیش شرط است که بعضی از افراد به خوبی از عهده آن برآمده، برخی دیگر قادر به انجام آن نیستند. اگر کارکنان احساس کنند تحت استرس و فشار کاری و فرهنگ ناسالم قرار دارند دچار مشکلات قانونی روانی و مالی می‌گردند، پس مرتکب اشتباهات فاحش می‌شوند. مامی دانیم که اشتباهات، بخشی از فرایند یادگیری محسوب می‌شوند، امانی توانیم اشتباهات بزرگ و خطرآفرین را ادامه دهیم. وقوع این اشتباهات می‌تواند ناشی از حواس پرتی، و ضعف تصمیم‌گیری و یا روش‌های غلط و نامناسب حل مسئله باشد. از آنجا که در عصر حاضر توانمندی‌های صرفاً عقلانی، دیگر نمی‌توانند پیش‌بینی‌کننده خوبی برای موفقیت در کار و زندگی باشند، به نظر می‌رسد هوش هیجانی پیش‌بینی‌کننده خوبی برای موفقیت در موقعیت‌های شغلی باشد. هوش هیجانی می‌تواند فرد را در مقابله با استرس ناشی از کار و شرایط محیط کار و حل مشکلات کاری با بالا بردن توان سازگاری با محیط یاری دهد. هوش هیجانی به معنی شناخت عواطف خود و دیگران است، تا بتوانیم براساس آن رفتارهای مبتنی بر اخلاق توأم با وجدان اجتماعی داشته باشیم. افراد با هوش هیجانی بالایی می‌توانند موازنه منطقی میان عقل و عواطف به وجود آورند. به دلیل خودشناسی بالا، این افراد همیشه دارای اعتماد به نفس قوی هستند. افرادی که به عالی‌ترین مدارج شغلی می‌رسند علاوه بر برخورداری از مهارت‌های فنی و حرفه‌ای، افرادی خوشرو و معطف و خوش‌بین هستند.