

۲۲.۲۴۴۷



هوش احساسی

برای رهبری

(یک راهنمای عملی افزایش توانایی شما برای مدیریت و رهبری مردم)

نویسنده: آدام گلن

ترجمه: دکتر سید علی اکبر افجه

(استاد دانشگاه علامه طباطبائی)

سرشناسه: گلمن، آدام
Goleman, Adam

عنوان و نام پدیدآور: هوش احساسی برای رهبری: (یک راهنمای عملی افزایش توانایی شما برای مدیریت و رهبری مردم) / نویسنده آدام گلمن؛ ترجمه سیدعلی اکبر افجه.

مشخصات نشر: تهران: فوژان کتاب، ۱۴۰۰.

ص: ۲۵۵؛ مصور (بخشی رنگی)، جدول.

شابک: ۱-۶۸-۷۱۲۱-۶۲۲-۹۷۸

وضعیت فهرست نویسی: فیا

رده بندی کنگره: BF۶۳۷

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۴

شماره کتابشناسی ملی: ۷۶۲۶۲۷۰



نشر فوژان

هوش احساسی برای رهبری (یک راهنمای عملی افزایش توانایی شما برای مدیریت و رهبری

مردم)

نویسنده: آدام گلمن

ترجمه: دکتر سید علی اکبر افجه (ناشر و ناشرگاه علامه طباطبایی)

صفحه آرا و طراح جلد: آرمیتا گودرزی پور

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول (۱۴۰۰)

لیتوگرافی / چاپ / صحافی: کوه نور / عطا / کیمیا

تمامی حقوق این اثر محفوظ است. تکثیر یا تولید مجدد آن بطور کلی و جزئی (چاپ، فتوکپی،

فایل صوتی، تست سازی، انتشار الکترونیکی و ...) بدون اجازه مکتوب ناشر و نویسنده ممنوع بوده و

قابل پیگرد قانونی است.

شابک: ۱-۶۸-۷۱۲۱-۶۲۲-۹۷۸

قیمت: ۸۵.۰۰۰ تومان

مرکز پخش: نشر فوژان

تهران، میدان انقلاب، بین کارگر و اردیبهشت، ک درخشان، پ ۲، طبقه اول.

www.FoozhanBook.com

Email: Fozhanpub@yahoo.com

فهرست

۱.....	مقدمه نویسنده
۵.....	مقدمه مترجم
بخش اول: هوش احساسی (EQ) برای رهبری	
۹.....	فصل اول: منافع هوش احساسی (EQ)
۱۰.....	تیم کاری
۱۱.....	مهارت رهبری
۱۲.....	مهارت‌های کلامی
۱۴.....	احساسات انسان
۲۱.....	فصل دوم: رهبری
۲۲.....	رهبران چه می‌کنند؟
۲۵.....	فهرست وظایف رهبری
۲۷.....	سبک رهبری
۲۸.....	برانگیزاننده و مثبت باشید
۲۸.....	چه چیزهایی یک رهبر خوب می‌سازد؟
۳۱.....	فصل سوم: مدل هوش احساسی (EQ)
۳۲.....	توانایی هوش احساسی (EQ)
۳۴.....	مدل ترکیبی هوش
۳۷.....	مدل ویژگی‌های شخصیتی هوش احساسی (EQ)
۴۵.....	فصل چهارم: هوش احساسی (EQ) در کار
۴۶.....	چگونگی تیم‌سازی
۴۷.....	اهمیت تیم

مقدمه نویسنده

بیش تر از ده سال است که بطور روز افزونی در تائید این که هوش احساسی (EQ) یک امر ضروری در مدیریت است سخن می رود. چندین مطالعه یک مشارکت سازنده بین هوش احساسی رهبری و خوشحالی کارکنان و پیشرفت و ارائه آن‌ها نقش شده است. به مرور که سازمان‌ها بیش از گذشته به اهمیت این موضوع پی برده‌اند، در جستجوی راه‌های به کارگرفتن این رفتار و مطالعه درباره هوش احساسی شده‌اند. معمولاً چنین به نظر می‌رسد که رهبران بزرگ ما را مسحور خود می‌سازند. آن‌ها آتش درون ما را روشن می‌کنند و بهترین‌ها را در روح ما می‌دمند. زمانی که به این فکر می‌کنیم که چرا آن‌ها این اندازه اثربخش هستند، از سیاست، خواب، یا اعتقادات الهام بخش صحبت می‌کنیم. اما حقیقت این است که موضوع به مراتب مهم‌تر از این مطالب است: مدیران بزرگ کران تا کران روی احساسات ما کار می‌کنند. هیچ موردی از این که رهبران چه می‌کنند در دسترس نیست، آیا آن‌ها درباره طرح‌ها یا حرکت دادن تیم‌ها از ترس شکست یا راه‌های دیگر کار می‌کنند بستگی به روش کار آن‌ها دارد. حتی اگر آن‌ها همه چیز را در حداطلا دربر می‌گیرند اما اگر رهبران احساسات کارکنان را برمی‌انگیزند آن‌ها در مسیر صحیح و رسیدن به آن‌چه که می‌خواهند به بهترین نحو خواهند رسید.

چطور یک رهبر درخور پیدا کنید

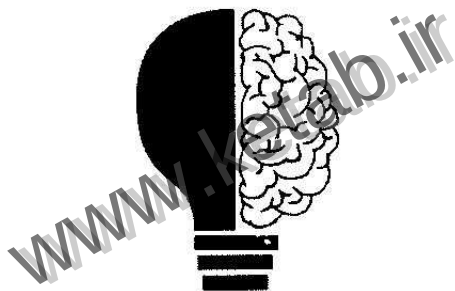
اینجا برخی از دلایل که از اهمیت بالا برای هوش احساسی رهبری برخوردار است ذکر می‌شود:

خودآگاهی برای موفقیت

زمانی که مردم تاثیر گذار به صحنه می‌آیند، آن‌ها به خوبی سازمان یافته هستند و هدفمند در جهت کارها می‌ایستند، و با کسانی که در اطراف وی هستند تطبیق داده شده است. رهبرانی که

توانائی مدیریت فکر و ذهن و احساس خود را برای هدایت کسانی که در اطراف آن‌ها هستند به کار می‌گیرند بدیهی است هم به اهداف خود می‌رسند و هم به افزایش دانش خود در رهبری کمک می‌کنند. یاد گرفتن خود آگاه بودن همیشه آسان نیست اما تقویت این توانائی در خود می‌تواند به شما کمک کند به مراتب یک رهبر اثربخش‌تر باشید.

الف. زمانی که تمایل^۱ به کنترل دنیای احساسی خود دارید، می‌توانید با احساسات دیگران آشنا شوید. برای یک رهبر پیروزمند بودن، باید مشتاق و کنجکاو^۲ درباره مردم جدید و هر آن‌چه آن‌ها پیشنهاد می‌کنند باشید. این امر نشان می‌دهد که می‌توانید یک بازیگر تیمی شماره یک باشید. هر چه پیش‌تر برای دیگران باز باشید هنرمندتر^۳ هستید.



ب. متوجه ضعف‌های خود باشید

اشخاص خود آگاه احساسات و ضعف‌های خود را می‌شناسند و قادر هستند از این نقطه حرکت کنند. آگاه بودن از این ابزارها که شما به آن‌ها آگاهی دارید چه در زمان ورود به یک سازمان جدید برای کمک و چه در زمانی که فرد مناسبی برای خود در سازمان فعلی هستید یک امتیاز به شمار می‌آید.

ج. خودتان را متمرکز کنید

ارتباط برقرار کردن با افرادی که در اطراف شما هستند به عنوان یک رهبر بسیار مهم است. اما

^۱ Attitude

^۳ Artistic

^۲ Inquisitive

اگر متمرکز نباشید نمی‌توانید در ایجاد این ارتباط موفق باشید. خودتان را برای زمان‌هایی از روز بدون این که در ورطه موارد اجتماعی بیافتید^۱ از طریق ارتباط الکترونیکی و سایر سرگرمی‌ها^۲ متمرکز کنید.

د. مرزها را مشخص کنید

یک رهبر تمایل دارد در محل یک محدودیت‌های قوی داشته باشد. در برابر دیگران خوشتن‌دار^۳ باشید اما هر زمان که لازم است "نه" هم بگوئید. درباره کار و آرزوهای خود صادق^۴ باشید، و محدودیت‌های خود را برای تحقق این اهداف و امیدها رعایت کنید.

ه. ضامن^۵ احساسی خود را بشناسید

اشخاص خود آگاه به اندازه کافی از هوش لازم برای تشخیص دادن احساسات خود به نحوی که بروز می‌کنند برخوردار هستند. احساسات خود را سرکوب^۶ نکنید و یا علل بروز آن را رد نکنید^۷؛ در عوض، باهوش باشید و منعطف^۸، انعطاف^۹ پذیر با آن‌ها و بطور کامل مراحل آن‌ها را قبل از ارتباط برقرار کردن با دیگران طی کرده باشید.

و. از شهود خود استفاده کنید^{۱۰}

مردم پیروزمند^{۱۱} به طاقت^{۱۲} غریزی^{۱۳} خود باور دارند و ریسک آن را هم می‌پذیرند. غریزه^{۱۴} شما مبتنی بر پایداری^{۱۵} برای بقا^{۱۶} و نیاز به پیروزی بنا شده است. آن‌ها به ما می‌گویند چه اتفاقی بعد خواهد افتاد. یاد بگیرید به آن‌ها اعتماد و از آن‌ها استفاده کنید.

ز. نظم و انضباط روزانه را تمرین کنید

¹ Sucked

² Distraction

³ Temperate

⁴ Solemn

⁵ Triggers

⁶ Suppress

⁷ Refute

⁸ Twist

⁹ Flex

¹⁰ Embrace

¹¹ Triumphant

¹² Gut

¹³ Instinct

¹⁴ متاسفانه به دلیل عدم اعتقاد

نویسنده به شهود از آن به عنوان

غریزه در متن استفاده می‌کند.

¹⁵ Endurance

¹⁶ Fittest