

مريگري هوش هيڃاني

مولفان

نوشين باحجب قهوه چي پير

ليلا حيدرزاده

سميه تاشك خسرو شاهي

فهرست مطالب

- چرا یادگیری هیجانی مهم است؟..... ۱۵
- افراد را در حل مسئله درگیر کنید..... ۱۶
- استقامت و قاطعیت را القا کنید..... ۱۷
- احترام را سرمشق قرار دهید..... ۱۷
- آموزش شخصیت و توسعه آن..... ۱۸
- افراد را به توسعه و اشتراک نظر تشویق کنید..... ۱۹
- از انعطاف‌پذیری استفاده کنید..... ۱۹
- همدلی و رفتار مراقبتی..... ۱۹
- ۱- کتاب بازی درون..... ۲۲
- ۲- موسسه اسالن..... ۲۴
- ۴- توماس لئونارد..... ۲۶
- ۵- نقطه عطف کوچینگ..... ۲۸
- جایگاه کوچینگ..... ۳۰
- نگاه خوش‌بینانه به انسان - بشر به دنبال خودشکوفایی است..... ۳۱
- آبراهام مزلو..... ۳۲
- انسان‌ها موجوداتی چندوجهی یکپارچه و منحصر به فردند..... ۳۲
- ارزشمند بودن انسان‌ها..... ۳۳
- جمع‌بندی: اصول روانشناسی انسان‌گرا..... ۳۴
- معنویت شرقی..... ۳۴
- زبان‌شناسی و کوچینگ..... ۳۵
- بنیانهای فکری کوچینگ..... ۳۶

- ۳۷.....کوچینگ چه چیزی نیست؟
- ۳۷.....تفاوت کوچینگ با مشاوره
- ۳۸.....تفاوت کوچینگ با منتورینگ
- ۳۹.....تفاوت کوچینگ با درمانگری
- ۳۹.....تفاوت کوچینگ با روانشناسی یا روانکاوی
- ۴۹.....چرا داشتن کوچ مهم است؟
- ۴۹.....کوچینگ چه کاربردهایی دارد؟
- ۵۰.....ساختار و روند کوچینگ چگونه است؟
- ۵۰.....مبانی و اصول کوچینگ
- ۵۲.....کوچینگ به منظور تقویت خودپسندگی در کارکنان و مدیران
- ۵۳.....پیامدهای کوچینگ
- ۵۴.....نکات مهم در کوچینگ برای رسیدن به نتایج فردی محسوس:
- ۵۴.....چرائی کوچینگ
- ۵۵.....گردآوری داده‌ها
- ۵۶.....اولویت‌بندی
- ۵۷.....رفتاری بودن
- ۵۸.....بیشتر به آینده تمرکز کنید تا گذشته
- ۵۹.....عمومی باشید
- ۶۰.....یافتن پشتیبانی
- ۶۳.....یاد بگیرید
- ۶۴.....پیگیری کنید
- ۶۷.....جایگاه فلسفه کوچینگ در جهان چگونه است؟

- جایگاه فلسفه کوچینگ در کشورهای پیشرفته ۶۸
- نقش کوچینگ در رونق کسب و کارها چیست؟ ۶۹
- هوش چیست؟ ۷۱
- هوش بهر و موفقیت ۷۲
- هیجان ۷۳
- هوش هیجانی ۷۵
- هوش هیجانی و جنسیت ۷۸
- پیشگیری از اختلالات روانی ۷۹
- رویکردهای عمده هوش هیجانی ۸۱
- مدل‌های هوش هیجانی ۸۲
- مؤلفه‌های هوش هیجانی بازان ۸۹
- استراتژیهای توسعه هوش هیجانی ۹۵
- تشویق به خلاقیت ۱۰۵
- فعالیت‌ها ۱۰۷
- اصل توانایی ۱۱۱
- اصل هدفمندی ۱۱۲
- اصل پیشرفت ۱۱۴
- اصل صبر و شکیبایی ۱۱۶
- اصل مثبت گرایی ۱۱۸
- انعطاف پذیری ۱۱۸
- حافظه ۱۱۹
- تخیل ۱۲۰