

# Obsah

<b>KAPITOLA 1</b>	<b>Budoucnost plná emocí</b>	7
<b>KAPITOLA 2</b>	<b>Zdraví</b> Brzděte trochu své pracovní nasazení: Proč jsme zdravější, když si dáme něco na zklidnění	23
<b>KAPITOLA 3</b>	<b>Motivace</b> Inspirujte se: Proč jste uvízli a jak se zas dát do pohybu	53
<b>KAPITOLA 4</b>	<b>Rozhodování</b> Emoce patří do této rovnice: Proč dobrá rozhodnutí stojí na důkladném prozkoumání emocí	83
<b>KAPITOLA 5</b>	<b>Pracovní týmy</b> Psychické bezpečí je na prvním místě: Proč záleží víc na „jak“ než na „kdo“	111
<b>KAPITOLA 6</b>	<b>Komunikace</b> To, co cítíte, nejsou fakta: Proč není třeba propadat emocím kvůli emocím	141
<b>KAPITOLA 7</b>	<b>Kultura</b> Emoční kultura se kaskádovitě šíří od tebe: Proč i malé činy mají veliký význam	179

<b>KAPITOLA 8 Vedení</b>	
Vybírejte si, v čem se otevíráte:	
Proč záleží na tom, jak věci sdílíme	211
Závěr	237
Nová pravidla emocí na pracovišti	241
Další prameny k emocím	245
Posouzení emočních tendencí	253
Poděkování	261
Poznámky	265
Rejstřík	297
O autorkách	300