

10

LEITURAS
ESSENCIAIS

**Harvard
Business
Review**

Inteligência Emocional

As melhores práticas para você desenvolver as habilidades centrais para seu sucesso no trabalho e em seus relacionamentos



**Harvard
Business
Review**
Press

Resumo de Inteligência emocional

IDEIAS CLÁSSICAS, CONSELHOS QUE NÃO SAEM DE MODA, OS MELHORES PENSADORES – TUDO ISSO EM APENAS UM VOLUME. As melhores práticas para você desenvolver as habilidades centrais para seu sucesso no trabalho e em seus relacionamentos. Os líderes mais competentes têm um ponto crucial em comum: elevado grau de inteligência emocional. Em seu trabalho definitivo sobre inteligência emocional, Daniel Goleman explica que ela é duas vezes mais importante que as demais habilidades na formação de um líder excepcional. Se você não tiver tempo para ler mais nada sobre inteligência emocional, leia estes 10 artigos escritos por especialistas no assunto.

Eles foram selecionados pela Harvard Business Review entre centenas de textos publicados com o objetivo de ajudar você a aprimorar suas habilidades, melhorar os relacionamentos e garantir seu sucesso profissional. Aprenda com este livro a:

- monitorar e canalizar seu humor e suas emoções
- tomar decisões inteligentes e empáticas envolvendo pessoas
- gerenciar conflitos e ajustar as emoções dentro da equipe
- reagir a situações difíceis com resiliência
- compreender melhor seus pontos fortes e fracos, suas necessidades, seus valores e suas metas
- desenvolver agilidade emocional

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)