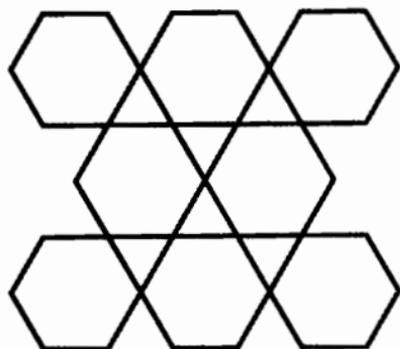




Coleção Inteligência Emocional

RESILIÊNCIA



Sumário

- 1. O mecanismo da resiliência** **7**
Três traços de quem dá a volta por cima
Diane L. Coudu
- 2. Resiliência para o resto de nós** **37**
Treine o seu cérebro
Daniel Goleman
- 3. Como avaliar, gerenciar e fortalecer sua resiliência** **45**
Uma abordagem metódica
David Kopans
- 4. Descubra o coaching na crítica** **55**
Transforme um feedback severo em crescimento
Sheila Heen e Douglas Stone

- 5. Contra-atacando: como grandes líderes se reergueram após desastres em suas carreiras** **75**
Gerencie grandes reveses profissionais
Jeffrey A. Sonnenfeld e Andrew J. Ward
- 6. Resiliência tem a ver com o modo como você se recarrega, não com o modo como você se mantém** **113**
Não se trata de dar duro sem parar
Shawn Achor e Michelle Gielan