

Spis treści

	Wstęp	5
I	Dlaczego zagadnienie emocji robi obecnie taką „karierę”	15
	Doszliśmy na „kraniec” świata	18
	Coś jest nie tak	19
	„Spotkanioza” i „mejloza”	24
II	Nasze emocjonalne ubóstwo	31
	Trening tłumienia emocji	33
	Nie umiemy „w emocje”	38
III	Przemoc emocjonalna w miejscu pracy	41
	„W białych rękawiczkach” lub bez pardonu	43
	Skutki przemocowego zarządzania	49
	Co siedzi w emocjonalnych zakamarkach mózgów szefów?	52
	Jestem kimś czy jestem nikim?	57
IV	„Emocjonalna”, „przewrażliwiona”, „przesadzasz!”	61
	Prztyczek w kobiecą (nie)solidarność	63
	Mężczyznom w pracy z kobietami bywa niewygodnie	67

V	„Niedopasowane i niedopasowani”?	71
	Wysoko wrażliwi	75
	Czy to ADHD?	77
	Spektrum autyzmu	78
	Synestezja	80
	Potrzeba nam więcej wiedzy	81
VI	Rozwój, czyli co?	85
	Potrzeby rozwojowe – co to właściwie jest?	89
	Kultura feedbacku	91
	Postawa w miejscu pracy – kwestia samooceny	99
	Sam_ma też odpowiadasz za swój rozwój	114
	Norma narzekania a atuty miejsca pracy	116
VII	Praca, w której jest fajnie – na czym oprzeć nadzieję?	119
	DEI: diversity – różnorodność; equity – równość; inclusion – włączanie	124
	Kultura organizacyjna w służbie jakości pracy	133
	ESG: environmental – środowisko; social – odpowiedzialność społeczna; governance – ład korporacyjny	137
	Sukcesje z sukcesem	140
	Zakończenie	145
	Bibliografia	155