

Podziękowania	7
---------------------	---

Część I

Wprowadzenie	11
Rozdział 1. Czym jest inteligencja emocjonalna	13
Rozdział 2. Energia emocjonalna	36
Rozdział 3. Poziom stresu	50
Rozdział 4. Optymizm	62
Rozdział 5. Samoocena	76
Rozdział 6. Pracowitość	92
Rozdział 7. Staranność	109
Rozdział 8. Potrzeba zmian	129
Rozdział 9. Odwaga	144
Rozdział 10. Samodzielność	158
Rozdział 11. Asertywność	174
Rozdział 12. Tolerancja	192
Rozdział 13. Troska o innych	210
Rozdział 14. Towarzyskość	228

Część II

Zastosowania testu	243
Rozdział 15. Rekrutacja i doskonalenie pracowników	245

Rozdział 16. Pogłębianie związków z ludźmi i rozwijanie inteligencji emocjonalnej	270
Dodatek	290
Krótki autotest inteligencji emocjonalnej	297
Wykaz partnerów Simmons Management Systems	300
Indeks	305
Kwestionariusz Osobowy Simmonsa	318