

فهرست مطالب

۱.....	فصل اول حرفه‌ای‌گرایی
۲.....	تعریف اخلاق
۲.....	تعریف اخلاق حرفه‌ای
۲.....	مفهوم اخلاق و رفتار حرفه‌ای یا حرفه‌ای‌گرایی
۳.....	فرد حرفه‌ای کیست؟
۴.....	چهار ویژگی مهم یک فرد حرفه‌ای
۴.....	• آشنا بودن با قوانین و مقررات محل کار
۴.....	• عدم سوء رفتار
۴.....	• پرهیز از رقابت ناسالم
۴.....	• افزایش دانش و مهارت حرفه‌ای
۵.....	ویژگی‌های یک فرد حرفه‌ای
۵.....	> مسئولیت‌پذیری
۵.....	> رقابت سالم
۵.....	> حق طلب بودن
۶.....	> وفاداری
۶.....	> همدردی با دیگران
۶.....	> رعایت ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی
۶.....	> احترام به دیگران

۷ > شرافتمندی

۷ اهمیت رفتار حرفه‌ای

۱۱ اخلاق حرفه‌ای وسیله‌ای برای تنظیم بهتر روابط

۱۱ اخلاق حرفه‌ای و تأثیر آن بر بهره‌وری

۱۳ فصل دوم اصول رفتار حرفه‌ای در سازمان

۱۴ رفتار شما تعیین کننده است

۱۴ اصول رفتار حرفه‌ای در سازمان

۱۴ با همه صادقانه رفتار کنید

۱۵ شنونده خوبی باشید

۱۵ هر چه کمتر شکایت کنید

۱۵ کارهای شخصی را خارج از محل کار انجام دهید

۱۶ در کارهای دیگران دخالت نکنید

۱۶ مسئولیت پذیر باشید

۱۶ نظافت را رعایت کنید

۱۷ اصول کار تیمی را بدانید و به نظر جمع احترام بگذارید

۱۷ برای بهبود کارها پیشنهاد ارائه کنید

۱۷ به همه احترام بگذارید

۱۸ به قوانین محل کار احترام بگذارید

۱۸ از ایجاد هرگونه تنش پیش‌گیری کنید

۱۹ از اطلاعات محرمانه شرکت به دقت محافظت کنید

۱۹ وقت‌شناس باشید

۲۰ الگوی خوبی باشید

فصل سوم نمونه‌هایی از رفتارهای حرفه‌ای و غیراخلاقی در محل کار ۲۲

- نمونه‌هایی از رفتار حرفه‌ای در محل کار ۲۲
- از قوانین و مقررات پیروی کنید ۲۳
 - ارتباطات موثر برقرار کنید ۲۳
 - روابط حرفه‌ای خود را توسعه دهید ۲۴
 - استانداردها را در نظر بگیرید ۲۵
 - پاسخ‌گو و پیگیر باشید ۲۵
 - قابل اعتماد باشید ۲۵
 - هوشمندانه‌تر کار کنید ۲۶
 - شروع‌کننده باشید ۲۶
 - رفتارهای غیراخلاقی در محل کار ۲۷
 - دروغ‌گویی ۲۸
 - ذکر موفقیت‌های دیگران به اسم خود ۲۸
 - آزار و اذیت کلامی / توهین ۲۹
 - خشونت ۲۹
 - کارهای غیراداری ۳۱
 - وقفه‌های طولانی ۳۱
 - دزدی / اختلاس ۳۱
 - آزار و اذیت جنسی ۳۲

فصل چهارم رفتارهای غیراخلاقی مدیران و کارفرمایان ۳۳

- رفتارهای غیراخلاقی مدیران / کارفرمایان ۳۴

- ۳۴..... در خواست‌های نادرست برای ترفیع
- ۳۴..... بیرون رفتن آخر شب / اضافه کاری بدون حقوق
- ۳۴..... آزار و اذیت کلامی
- ۳۵..... فشار بی مورد
- ۳۵..... خویشاوندی
- ۳۵..... محیط کار غیر دوستانه
- ۳۶..... مزایا و پیامدهای مفید رفتار حرفه‌ای در محل کار
- ۳۶..... نحوه حل مسائل غیر اخلاقی در محل کار

فصل پنجم عالی بودن در محیط کار با رفتار حرفه‌ای ۳۸

- ۳۹..... عالی بودن خود را در محیط کار با رفتار حرفه‌ای نشان دهید
- ۳۹..... به موقع سر کار حاضر شوید و خوش قول باشید
- ۳۹..... غر نزنید و بهانه‌گیری نکنید
- ۴۰..... در محیط کار لباس مناسب بپوشید
- ۴۰..... مراقب حرف زدن خود باشید
- ۴۰..... سعی کنید به همکاران خود کمک کنید
- ۴۱..... غیبت نکنید
- ۴۱..... مثبت بمانید
- ۴۱..... از اشتباهات خود درس بگیرید
- ۴۲..... دروغ نگویند
- ۴۲..... از حواشی شغلی دوری کنید / سرتان به کار خودتان باشد
- ۴۳..... همیشه به دنبال بهترین باشید
- ۴۳..... مؤدب و محترم باشید
- ۴۳..... صادق، صریح و شفاف باشید

- شایسته باشید و پیوسته آن را ارتقاء دهید ۴۴
- همیشه اخلاق مدار باشید ۴۴
- شریف باشید و امانت دارانه عمل کنید ۴۴

فصل ششم احترام و ارتقاء شخصی ۴۶

- احترام و ارتقاء شخصی ۴۷
- گشاده رویی ۴۷
- ارتقاء شخصی ۴۷
- اخلاقیات ۴۷
- جنبه های اخلاق حرفه ای ۴۸
- دانش تخصصی ۴۸
- انسجام رفتار ۴۹
- خودتنظیمی ۴۹
- تصویر ۵۰

فصل هفتم موانع اخلاق حرفه ای در محل کار و روش های تقویت آن ... ۵۱

- ارزش مداری به جای مسئله محوری ۵۲
- عوامل تأثیرگذار بر اخلاق حرفه ای ۵۲
- جنبه فردی ۵۲
- جنبه سازمانی ۵۲
- جنبه محیطی ۵۴
- موانع اخلاق حرفه ای در محل کار ۵۴
- فقدان نگرش راهبردی ۵۴

- ۵۶..... فقدان انگیزش
- ۵۶..... فقدان مهارت تصمیم‌گیری
- ۵۷..... روش‌های تقویت اخلاق حرفه‌ای
- ۵۹..... ۱۰ روش برای اینکه اخلاق حرفه‌ای قدرتمندی داشته باشید
- ۵۹..... ۱. برای تقویت اخلاق حرفه‌ای، خودکاوی کنید
- ۶۰..... ۲. با بدنتان مهربان باشید
- ۶۰..... ۳. از مشغله‌های بی‌اهمیت دوری کنید
- ۶۱..... ۴. فرد معتبر و قابل‌اعتمادی شوید تا اخلاق حرفه‌ای خود را نشان دهید
- ۶۲..... ۵. کارهایتان را درست انجام دهید
- ۶۲..... ۶. زمانتان را به‌طور منطقی تقسیم کنید
- ۶۳..... ۷. کارهایی را که از نظر ذهنی دشوار هستند، تکمیل کنید
- ۶۴..... ۸. برای داشتن اخلاق حرفه‌ای، در زمینه‌ای تخصص پیدا کنید
- ۶۴..... ۹. هیجانی خود را بهبود ببخشید
- ۶۴..... ۱۰. به تعهدات پایبند بمانید

فصل هشتم: مسؤلیت‌های یک حرفه‌ای در قبال خود و دیگران ۶۶

- ۶۷..... ۱. مسؤلیت‌های یک حرفه‌ای در قبال خود
- ۶۷..... ۲. مسؤلیت‌های یک حرفه‌ای در قبال همکاران
- ۶۸..... ۳. مسؤلیت‌های یک حرفه‌ای در قبال مشتری / مخاطبان
- ۶۸..... ۴. مسؤلیت‌های یک حرفه‌ای در قبال حرفه و حوزه تخصصی
- ۶۸..... ۵. مسؤلیت‌های یک حرفه‌ای در قبال سازمان و جامعه
- ۶۹..... نشانه‌های حرفه‌ای بودن
- ۶۹..... اهمیت حرفه‌ای بودن
- ۷۰..... شاخص‌های اخلاق حرفه‌ای

- داشتن ادبیات و کلام حرفه‌ای ۷۰
- حفظ حریم شخصی و حرفه‌ای و کنترل عاطفی ۷۱
- دارا بودن مهارت‌های ارتباطی ۷۱
- منظم بودن ۷۱
- چند پیشنهاد برای پرورش حرفه‌ای گری ۷۲
- مسئولیت اشتباهات و اعمال خود را بپذیرید ۷۲
- متمرکز و هدفمند بمانید ۷۳
- در شرایط استرس‌زا آرام باشید ۷۳

فصل نهم راه‌های رفتار حرفه‌ای در شبکه‌های اجتماعی ۷۴

- در ساعات کاری از شبکه‌های اجتماعی دوری کنید ۷۵
- رفتار حرفه‌ای در شبکه‌های اجتماعی ۷۵
- توییت ۷۶
- توییت‌ها ۷۶
- اینستاگرام ۷۶
- لینکدین ۷۶
- رفتار حرفه‌ای در ارسال ایمیل ۷۷
- مثبت فکر کنید ۷۷
- هر ایمیل را جداگانه بنویسید و از متن‌های از پیش نوشته شده استفاده نکنید ۷۸
- تا زمان مناسبی برای دریافت پاسخ صبر کنید ۷۸
- منابع ۷۹