

Obsah

O autorovi	7
Předmluva	9
1. Jak lidé fungují	13
Od prvního dojmu k profesionální znalosti lidí	17
Jak se lidé zařazovali dříve	19
Struktura knihy	24
Od nevědomé neznalosti k nevědomé znalosti	25
Jak se vyznáte v lidech?	26
2. Poznejte sebe i ostatní	29
Pohled do řídicího centra: model tří mozků	29
Mozek a osobnost	34
Proč fungujeme tak, jak fungujeme – původ našeho chování	36
Červený, zelený a modrý – znaky tří hlavních typů	38
Tyrkysová, oranžová, fialová a duhová – smíšené typy	44
Jak funguji já sám? Sebepoznání je prvním krokem	47
3. Kdo stojí přede mnou? (Pohled do nitra)	57
Typické chování v běžném životě	57
Nálada a rozpoložení na večírku: každý typ je jiný	59
Když hladina adrenalinu stoupá – chování ve stresu	63
Práce, tým a time management	65
Rozhodování a řešení problémů	72
Komunikace s ostatními	81

4. Odhadnu vás na první pohled	91
Typy podle stavby těla	91
Kdyby chlebíčky uměly mluvit – typické chování u jídelního stolu	98
Porozumět řeči těla ostatních	100
Poznáte, kdo je jaký typ?	103
5. Znalost lidí v každodenním životě	109
V souladu s ostatními – co lidi motivuje	109
Jak funguje moje polovička – partnerský vztah	122
Jak funguje mé dítě – výchova	125
Jak fungují nadřízený a kolegové – pracovní život	132
Jak funguje zákazník – obchodní jednání	144
6. Co děláme špatně?	153
Když to nefunguje – negativní vzorce v chování a řeči	153
Pozor na filtry vnímání a chyby v úsudku	164
Fungujeme autenticky	180
Triky a manipulace	184
Jak se můžeme poučit	192
7. Slovo na závěr: více harmonie a úspěchu	197
Řešení cvičení z knihy	199
Poděkování	200
Literatura	201