

Obsah

Nikdo mě tak dobře nepochválí aneb O autorovi	9
Úvod ke druhému vydání	11
1. kapitola	
Devatero motivačních pravidel	13
1.1 Stimulace a motivace	14
1.2 Zlaté pravidlo motivace	15
1.3 Pravidlo motivační kotvy	17
1.4 Pravidlo diferencovaných podnětů	18
1.5 Pravidlo dvojí cesty	19
1.6 Pravidlo snadnějších alternativ	20
1.7 Pravidlo diagnostické triády	21
1.8 Zaměření na člověka	23
1.9 Struktura motivačního pole	24
2. kapitola	
Osobnost a motivace	27
2.1 Inspirace v teorii vitality	28
2.2 Čtyři motivační typy lidí	32
<i>Objevovatelé</i>	32
<i>Usměřovatelé</i>	34
<i>Sladovatelé</i>	36
<i>Zpřesňovatelé</i>	38
2.3 Poznávání motivačních typů	40
<i>Reakce na pochvalu</i>	40
<i>Reakce na kritiku</i>	42
<i>Reakce na zátěž</i>	45
<i>Reakce na nespravedlnost</i>	46
<i>Testování pomocí dotazníků a hodnocení expertů</i>	49
2.4 Vedení motivačních typů	49
<i>Objevovatelé</i>	50
<i>Usměřovatelé</i>	51
<i>Sladovatelé</i>	52
<i>Zpřesňovatelé</i>	52

2.5	Jednání s motivačními typy	53
	<i>Malý úvod do teorie vyjednávání</i>	53
	<i>Objevovatelé</i>	55
	<i>Usměřňovatelé</i>	55
	<i>Sladčovatelé</i>	57
	<i>Zpřesňovatelé</i>	57
2.6	Vztahy mezi motivačními typy	58
	<i>Význam typů</i>	58
	<i>Konfliktní vztahy</i>	61
	<i>Harmonické vztahy</i>	63
2.7	Vztah k jiným typologiím	65
	<i>Typologie MBTI</i>	65
	<i>Typologie vyjednávacích preferencí</i>	67
	<i>Preferované týmové role</i>	68
3. kapitola		
	Vliv motivačního prostředí	71
3.1	Psychologický motor chování	72
3.2	Hierarchie potřeb	74
	<i>Pět maslowovských pater</i>	74
	<i>Nulté patro hierarchie</i>	75
3.3	Poznávání motivační polohy	77
	<i>Lidé usilující o bezpečí</i>	78
	<i>Lidé usilující o příslušnost</i>	79
	<i>Lidé usilující o uznání</i>	81
	<i>Sebeaktualizující lidé</i>	83
	<i>Prostředí a osobnost</i>	86
3.4	Jednání s lidmi na úrovni různých motivačních poloh	86
3.5	Vztah motivačního založení a motivační polohy	89
4. kapitola		
	Vliv aktuální situace	93
4.1	Význam emocí	94
4.2	Výbuchy emocí	96
	<i>Křivka spontánních emocí</i>	96
	<i>Zvládání výbuchů emocí</i>	97
	<i>Využívání výbuchů emocí</i>	99
4.3	Zdroje emocí	100
	<i>Sebehodnocení</i>	100
	<i>Hodnocení okolí</i>	101

<i>Nejistota a dezorientace</i>	102
<i>Kolize nálad</i>	103
4.4 Emoční menu	104
<i>Emoce spojené s prožíváním</i>	104
<i>Emoce spojené s předvídáním</i>	105
<i>Emoce spojené s hodnocením</i>	106
4.5 Transakční přístup k motivačnímu naladění	107
5. kapitola	
Literatura o motivaci	113
5.1 Vývoj teorie motivace	114
5.2 Literatura o kontextu motivace	115
5.3 Přehled zajímavé literatury	117
6. kapitola	
Etika a metodika	119
6.1 Motivační pole	120
6.2 Postup motivace	121
6.3 Tři další pravidla na rozloučenou	123
Rejstřík	127