

# Obsah

<b>O autorovi</b> .....	9
<b>Úvod</b> .....	11
1. kapitola	
<b>Základní principy motivace</b> .....	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 Zaměření na člověka .....	22
1.8 Struktura motivačního pole .....	23
2. kapitola	
<b>Vliv osobnosti</b> .....	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>Usměřovatelé</i> .....	55
	<i>Sladovatelé</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		
	<b>Vliv prostředí</b> .....	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		
	<b>Vliv situace</b> .....	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	
<b>Literatura o motivaci</b> .....	113
5.1 Vývoj teorie motivace .....	114
5.2 Literatura o kontextu motivace .....	115
5.3 Přehled zajímavé literatury .....	117
6. kapitola	
<b>Shrnutí a závěr</b> .....	121
6.1 Motivační pole .....	122
6.2 Postup motivace .....	123
6.3 Motivace a manipulace .....	125
<b>Přehled obrázků</b> .....	126