

# Obsah

Úvod.....	5
Doporučení ke studiu.....	7
1 Sociální komunikace a umění mluvit.....	11
1.1 Pojem komunikace.....	12
1.1.1 Sociální komunikace.....	13
1.2 Význam komunikace v dnešní společnosti.....	14
1.2.1 Deklarační hodnota sociální komunikace.....	15
1.2.2 Komunikace a emoční inteligence.....	16
1.3 Podoby komunikace.....	16
Shrnutí.....	18
2 Neverbální komunikace.....	21
2.1 Vzdálenost (proxemika).....	22
2.2 Doteky (haptika).....	24
2.3 Mimika.....	25
2.4 Gestikulace a gestika.....	27
2.5 Postoje, figury (posturologie, posturika).....	28
2.6 Kinezika (pohyby).....	30
2.7 Sdělování úpravou zevnějšku nebo prostředí.....	30
2.8 Možnosti a limity nonverbality.....	32
Shrnutí.....	34
3 Verbální komunikace.....	37
3.1 Slovní zásoba.....	40
3.2 Zásady verbální komunikace a doporučení pro zvýšení účinku řeči.....	42
Shrnutí.....	45
4 Paralingvistické projevy.....	47
Shrnutí.....	52
5 Komunikace a mezilidské vztahy.....	55
5.1 Účinná a neúčinná komunikace.....	59
5.2 Bariéry v komunikaci.....	61
5.2.1 Tréma.....	62
5.3 Chyby a nedostatky ve vnímání lidí.....	63
Shrnutí.....	64
6 Vybrané podoby sociální komunikace.....	67
6.1 Telefonování.....	67
6.2 Slovní projev na pracovišti.....	68
6.3 Příležitostné slovní projevy.....	72
6.4 Projevy před širším shromážděním.....	72
Shrnutí.....	73
Použitá literatura.....	77
Klíč.....	78