

OBSAH

PŘEDMLUVA	9
ÚVOD	11
KAPITOLA 1: CO ZA TÍM STOJÍ?	15
Sex a násilí	15
Maslowovo schéma	18
Tři mozky	21
Druhy a účel konfliktů	28
KAPITOLA 2: PRINCIPY KOMUNIKACE	35
Reakce v konfliktu jsou podvědomé	36
Reakce v konfliktu jsou předepsané	37
Pro blaho skupiny	40
Vynucování opičích scénářů	47
Člověčí mozek	50
Jak poznat, že se držíte scénáře	51
Pomáhá vám scénář?	56
Jak změnit nebo přerušit scénář	57
Zkontrolujte výsledek	60
Zůstaňte na člověčí úrovni	61
Není v tom nic osobního	61
Skutečnost, neskutečnost a stínové společenství	64
Záminka	69
Opičí problém	75
Druhy opičích problémů	77
Řešení	84
Skupinová dynamika	90

Management a leadership	96
Příchod do nové skupiny	99
Ostatní Maslowovy úrovně	102
Boj o život	103
Jednání s predátorem	107
Určenost	111
KAPITOLA 3: TAKTIKY, NÁSTROJE A TECHNIKY	115
Ovládněte se	115
Aktivní naslouchání	117
Taktická omluva	122
Budování vztahu	124
Stanovení hranic	130
Najděte společnou řeč	134
Problém porozumění	136
Síla reputace	139
Člověk alfa	141
Zvládnání adrenalinu	142
Hnědá lentilka a nachová růže	143
Velká změna	145
PŘÍLOHA 1: NÁSILÍ	147
Donucování a manipulace	147
Efekt přihlížejícího	153
PŘÍLOHA 2: ANALÝZA RIZIKA	157
Jsem ve vztahu s násilníkem?	157
Jsem na nebezpečném místě?	160
Může problém skončit útokem?	161
Chce na mě zaútočit?	163
PŘÍLOHA 3: SCÉNÁŘ LÁSKY	169
DOSLOV	171
O AUTORECH	173