

Obsah

O autoroch	9
Predhovor	11
Podakovanie	15
1. Spoznanie tajomstiev neverbálnej komunikácie	19
Čo presne je neverbálna komunikácia?	21
Využitie neverbálneho správania na zlepšenie života	22
Zvládnuť neverbálnu komunikáciu si vyžaduje určitú spoluprácu	23
Uznanie neverbálnych signálov	33
2. Dedičstvo nášho limbického systému	35
Veľmi elegantný limbický systém	36
Naše limbické reakcie: 3 U neverbálnych prejavov	38
Pohoda/nepohoda a adaptéry	46
Využitie adaptérov na efektívnejšie pochopenie ľudí	58
Záverečná poznámka o našom limbickom dedičstve	59
3. Pomocníci pri rozpoznávaní reči tela: Neverbálne prejavy nôh a chodidiel	61
Evolučná história nôh	61
Najpravdivejšia časť nášho tela	63
Dôležité neverbálne správanie využívajúce nohy a chodidlá	64
Zhrnutie	86
4. Ľudský trup: Neverbálne prejavy trupu, bokov, hrudníka a ramien	87
Dôležité neverbálne správanie využívajúce trup, boky, hrudník a ramená	87
Záverečná poznámka o trupe a ramenách	106
5. Poznatky na dosah ruky: Neverbálne správanie paží	107
Dôležité neverbálne správanie využívajúce paže	108

Využitie signálov paží na posúdenie nálad a pocitov	112
Teritoriálne správanie paží	115
Niekoľko záverečných poznámok o neverbálnych prejavoch paží	127
6. Správny stisk: Neverbálne prejavy rúk a prstov	129
Ako vzhlád a prejavy rúk ovplyvňujú vzájomné vnímanie sa ľudí	129
Schovávanie rúk pôsobí negatívnym dojmom: držte ich tak, aby ich bolo vidieť	131
Interpretácia neverbálnych prejavov rúk	138
Prejavy rúk signalizujúce vysoké sebavedomie	140
Ukazovanie palcov	143
Prejavy rúk signalizujúce nízke sebavedomie alebo stres	147
Zmeny správania rúk odhaľujúce dôležité informácie.....	152
Niekoľko záverečných poznámok o neverbálnych prejavoch rúk a prstov	153
7. Obraz mysle: Neverbálne prejavy tváre	155
Negatívne a pozitívne emocionálne prejavy tváre	156
Interpretácia neverbálnych prejavov očí	159
Pochopenie neverbálnych prejavov úst	171
Ďalšie neverbálne prejavy tváre	179
Prejavy tváre odporujúce gravitácii	184
Záverečné poznámky o tvári	186
8. Odhaľovanie podvodu: Postupujte opatrne!	187
Podvod: téma hodna pozornosti	188
Nový prístup k odhaľovaniu podvodu	190
Dva hlavné neverbálne modely správania, ktoré treba zohľadniť pri odhaľovaní podvodu	202
Zvláštne neverbálne správanie, ktoré treba zohľadniť pri odhaľovaní podvodu ...	205
Poznámky na záver	209
9. Záverečná úvaha	211
Literatúra	213