

OBSAH

	PODĚKOVÁNÍ	11
	„KDE JAKO BYLA TAHLE KNÍŽKA, KDYŽ JSEM JI JAKO POTŘEBOVALA?“	13
	ÚVOD	15
	Pravidla, pozérství a cizí jazyky	15
	TOHLE MUSÍŠ VĚDĚT	25
	Nepsané pravdy ve stručných bodech	25
	CO MUSÍŠ VĚDĚT O TOM, CO MUSÍŠ PROSTĚ VĚDĚT	32
	Smysl pravidel	32
- 1 -	JAK NEVYROBIT ŽÁROVKU	33
	Proč je všechno jednoduché nejdřív tak složité?	33
- 2 -	PRAVIDLO TRÉNOVÁNÍ NA NOČNÍK	39
- 3 -	TAKŽE UŽ SI VŠÍMÁŠ MILÝCH POZORNOSTÍ?	45
	Technická stránka poděkování	45
- 4 -	PROMIŇ	53
	Nejtěžší slovo na světě	53
- 5 -	VÝJIMEČNÁ „VYTRVALOST“	59
	Rozdíl mezi „mít pravdu“ a „dohodnout se“	59
- 6 -	DOKONALÁ NEDOKONALOST	65
	Gratuluji, jsi člověk	65
- 7 -	ALE JÁ JSEM SE NESMÁLA	71
	Jak poznat, jestli se smějí s tebou, nebo jestli se smějí tobě	71

- 8 - **ABRAKA DABRA! A UŽ SE O TEBE VŠICHNI ZAJÍMAJÍ!** 77
Zajímavý je ten, kdo se o něco zajímá 77
- 9 - **ZRCADLO! ZRCADLO!** 81
Pověz mi, co jsem zač 81
- 10 - **NENÍ ZAČ** 89
Tajemná moc komplimentů 89
- 11 - **ZLOMENÉ ŠPAGETY** 95
Výhoda uvařených těstovin 95
- 12 - **VAŘENÍ TĚSTOVIN** 99
Jak být mentálně přizpůsobivější 99
- 13 - **MUSÍŠ PODRŽET POLŠTÁŘ** 105
Proč je kritika důležitá 105
- 14 - **NADECHNI SE A DÍVEJ SE NA KLADIVO** 111
Jak se vypořádat s kritikou 111
- 15 - **ZABAL SVÁ SLOVA DO SENDVIČE A NABÍDNI ŘEŠENÍ** 117
Jak dát správnou zpětnou vazbu 117
- 16 - **BEZ OBALU** 123
Milosrdná lež a důvěra 123
- 17 - **TAKT A TŘI SÍTA** 127
Kdy je upřímnost přehnaná? 127
- 18 - **DOSLOVA?** 133
Co tím vlastně mysleli 133
- 19 - **MÁM SI VZÍT DEŠTNÍK, NEBO ROVNOU ARCHU?** 139
Dělat z komára velblouda 139
- 20 - **TO CHCE KLID** 145
Zítra zase dostaneš mošt 145
- 21 - **MOUDROST ŘECKÉ BOHYNĚ** 155
Hygeia, Afrodita a proč to byly tak dobré přítelkyně 155
- 22 - **CESTOVÁNÍ V BUBLINĚ** 163
Průhledné hranice, které vidí jen entýčka 163

- 23 -	VOLBA A TAKTIKA	171
	Jak poznat opravdového přítele	171
- 24 -	KDO JE KDO A CO JE CO	177
	Úrovně přátelství a potravinová fólie	177
- 25 -	STÁT SI ZA SVÝM	185
	Jak obhájit svůj názor, zmírnit hněv a přimět ostatní, aby nás vyslyšeli	185
- 26 -	SAMOMLUVA	193
	Vnitřní dialogy a ohrané desky	193
- 27 -	LIKY, TWEETY A TEXTOVKY	199
	Co musíš vědět o chování na internetu (netiketě)	199
- 28 -	TA NEJKRÁSNEJŠÍ KŘIVKA A OTEVŘENÉ DVEŘE	207
	Krása a galantnost jsou stále aktuální	207
- 29 -	K VEČEŘI TOHO MÁŠ VÍC NEŽ JEN BRAMBOROVOU KAŠI	215
	Když ti ujde to podstatné	215
- 30 -	STAHOVÁNÍ KALHOT, ŽALOVÁNÍ A VČELÍ KRÁLOVNY	223
	Je čas postavit se proti šikaně	223
- 31 -	PODÍVEJ SE DO ZRCADLA	229
	Jak se zasmát sám sobě, a přitom nebýt k smíchu	229
	LEPÍTKA	235
	Stručné útržky pravd aspiráků na lepicích papírcích	235
	PRAKTICKÁ CVIČENÍ	243
	ZAPÍCHNI DO TOHO VIDLIČKU	
	- KONČÍME NEBOLI ZÁVĚREČNÉ SHRNUTÍ	257
	REFERENCE	261