

# OBSAH

Předmluva	3
PROLOG	6
1. PSYCHOLOGICKÁ CHARAKTERISTIKA ČLOVĚKA	7
2. KULTIVACE OSOBNOSTI	10
3. PŘÍČINY LIDSKÉHO JEDNÁNÍ.	14
3.1. Zdroje aktivity člověka	15
3.2. Motivační úrovně	17
4. PROCES VZÁJEMNÉHO DOROZUMÍVÁNÍ	18
4.1. Charakteristika mezilidské komunikace	18
4.2. Dialog	20
4.3. Techniky komunikace	23
4.4. Empatie	25
4.5. Naslouchání	27
4.6. Neverbální projevy v komunikaci	31
4.7. Problémy vnímání lidí	33
4.8. Chování lidí v davu	36
5. ASERTIVNÍ CHOVÁNÍ	38
6. TRANSAKČNÍ ANALÝZA	43
6.1. Dimenze osobnosti z hlediska pojetí života	43
6.2. Naplnění (strukturace) času	50
7. OBRANA PROTI SLOVNÍ MANIPULACI	53
7.1. Proces ovlivňování lidí	53
7.2. Manipulátoři	58
7.3. Strategie a taktika slovní sebeobrany	66
7.4. Sebeanalýza	72
7.5. Některé další postupy slovní sebeobrany	74

<b>PŘEHLEDY</b>	<b>88</b>
I. Teorie osobnosti	88
II. Struktura osobnosti	97
III. Chyby vnímání	102
IV. Poznávání	102
V. Formy neverbální komunikace	103
VI. Motivační faktory	103
VII. Dimenze profesionála	104
VIII. Formy sdělování informací	104
IX. Projevy nízkého sebehodnocení	106
<b>PRAVIDLA</b>	<b>107</b>
I. Zásady (D.Carnegie)	107
II. Desatera ( J.Cimický)	108
III. Ctnosti zen-buddhismu	109
IV. Životní návyky (O.Mandino)	110
V. Životní zásady (J.Pokorný)	113
VI. Konfrontace s násilníkem	114
VII. Pravidla úspěšného jednání	114
VIII. Základní zákonitosti vesmíru	115
IX. Desatero (P.Novotný)	115
X. Zásady tvůrčí činnosti	115
XI. Zákony úspěchu	116
XII. Zásady správného života	117
<b>DODATKY</b>	<b>118</b>
I. Kokoti mezi námi	119
II. Demagogika	149
III. Eristika	160
IV. Přetvařování	164
V. Efektivní mluvení	172
VI. Sekty	179
<b>EPILOG</b>	<b>194</b>
Rejstřík	195