

Obsah

Úvod.....	9
1 Jak si uvědomujeme svět a sebe – vědomí, podvědomí a svědomí	11
2 Jak vnímáme své okolí – vnímání a pozornost.....	21
3 Jak se učíme – paměť a učení	34
4 Jak se ovládáme – emoce a osobnost	40
5 Proč jednáme určitým způsobem – vůle a motivace	46
6 Jaké máme schopnosti a jak je využíváme – inteligence a dovednosti	50
7 Kdy používáme rozum a kdy vytušení – intelekt a intuice	55
8 Co nás charakterizuje – charakterové vlastnosti	60
9 Podle čeho se v životě orientujeme – hodnoty a postoje.....	67
10 Jak tvoříme něco nového – představivost a tvořivost	72
11 Jak jednáme – rozhodování a chování	76
12 Jak můžeme být svěží a aktivní – únava a odpočinek	80
13 Proč měníme stavy vědomí – hypnóza, sugesce a meditace.....	84
14 Jak spolužijeme – mezilidské vztahy	89

15 Jak nahrazujeme nedostatky	
- kompenzační procesy	94
16 Jak posuzujeme jiné lidi	
- první a závěrečný dojem	96
Literatura	99
Rejstřík	102