

# OBSAH

<b>O autorovi</b> .....	7
<b>Napsali o knize</b> .....	8
<b>Úvod</b> .....	11
PRVNÍ KAPITOLA	
<b>Přijmout konflikt, nebo se mu bránit?</b> .....	17
Proč jsou konflikty tak těžké .....	26
Vytváření prostředí, kde jsou konflikty zdravé .....	35
Pasti konfliktu .....	39
DRUHÁ KAPITOLA	
<b>Past šikany</b> .....	45
Agresivní chování .....	48
Proč šikana nezabírá .....	49
Zpětná vazba .....	51
Jak se vyhnout pasti šikany .....	58
Vždy máme možnost volby .....	67
TŘETÍ KAPITOLA	
<b>Past potřeby zvítězit</b> .....	73
Potřeba zvítězit .....	77
Není snad dobré být soutěživý? .....	79
Faktory, které nás vtahují do pasti potřeby zvítězit .....	82
Zastavení cyklu .....	87
Jak jednat s lidmi, jako je Milton .....	92
ČTVRTÁ KAPITOLA	
<b>Past vyhýbavého jednání</b> .....	97
Tři faktory toxického strachu .....	100
Co je špatného na vyhýbání se? .....	103

Vyhýbavé jednání nám škodí .....	105
Jak se vyhnout pasti vyhýbavého jednání .....	107
Dárky od Pampers, abyste mohli růst .....	117
<b>PÁTÁ KAPITOLA</b>	
<b>Past posuzování</b> .....	123
Buddhistický mnich-léčitel, malá holčička Ling a šéf čínské mafie .....	123
Posuzování .....	126
Důsledky toxického posuzování .....	129
Jak detoxikovat posuzování .....	135
<b>ŠESTÁ KAPITOLA</b>	
<b>Dejte lidem pocit, že jim nasloucháte</b> .....	149
Upřímné naslouchání je těžké .....	149
Překonávání konfirmačního zkreslení .....	154
Omluvy .....	157
Vylepšete argumenty druhých .....	158
Emoce mají přednost před logikou .....	161
<b>SEDMÁ KAPITOLA</b>	
<b>Nezlobte se na tučňáky proto, že neumějí létat</b> .....	167
Vzpomínáte si na Miliona? .....	169
Houstone, máme problém s tučňákem .....	170
Ano, emoce můžete ovládat .....	173
Smíření .....	175
<b>OSMÁ KAPITOLA</b> .....	179
<b>Na závěr</b> .....	179
Staňte se ambasadory zdravých konfliktů .....	182
<b>PŘÍLOHA</b>	
<b>Shrnutí kapitol</b> .....	183
<b>Poděkování</b> .....	199
<b>Poznámky pod čarou</b> .....	203