

Spis treści

Siedem procent, czyli po co piszę tę książkę	11
--	----

CZĘŚĆ 1 KOMUNIKACJA	19
----------------------------------	-----------

Rozdział 1

Dlaczego się komunikujemy?	25
----------------------------------	----

Rozdział 2

Po co się komunikujemy?	28
-------------------------------	----

Rozdział 3

Od nieświadomości do uświadomienia	57
--	----

CZĘŚĆ 2 JĘZYK JAKO ŹRÓDŁO TOŻSAMOŚCI	99
---	-----------

Rozdział 1

Tożsamość wiekowa, narodowa, płciowa	112
--	-----

Rozdział 2

Tożsamość psychologiczna	121
--------------------------------	-----

Rozdział 3

Prezentacja siebie jako sterowanie tożsamością	123
--	-----

CZĘŚĆ 3 KOMUNIKACJA Z SAMYM SOBĄ 131

Rozdział 1

Kim jesteś? Czego chcesz? 146

Rozdział 2

Obraz siebie i samoocena 156

Rozdział 3

To twoje emocje 167

CZĘŚĆ 4 UŚWIADOMIONA SKUTECZNA KOMUNIKACJA 181

Rozdział 1

Dlaczego uświadomiona 184

Rozdział 2

Dlaczego skuteczna 187

Rozdział 3

Dlaczego komunikacja 196

CZĘŚĆ 5 KOMUNIKACJA JAKO WPŁYW 199

Rozdział 1

Polityka — królowa wywierania wpływu 201

Rozdział 2

Media i masowe komunikatory 209

Rozdział 3

Ekonomia i inna wiedza ekspercka 220

Rozdział 4	
Codziennosc i komunikacja	228

Rozdział 5	
Osobisty wpływ	237

CZĘŚĆ 6 MOJA ORTODOKSJA	241
--------------------------------------	------------

Rozdział 1	
Co to jest „dobre slowo”?	251

Rozdział 2	
Co stoi za dobrym slowem, a co za tym niedobrym	263

Rozdział 3	
Ciszej, proszę... I mądrzej	278

Rozdział 4	
Dzień Dobrego Słowa	282

CZĘŚĆ 7 PSYCHOLOGIA I SŁOWO	287
--	------------

Rozdział 1	
Twarz psychologa	292

Rozdział 2	
Postrzeganie i myślenie a rzeczywistość.	
Co może tu zdziałać psycholog?	295

Rozdział 3	
Eksperymenty ze slowem	309

Rozdział 4

Co może psycholog	313
-------------------------	-----

CZĘŚĆ 8 SKUTECZNY JĘZYK 317

Rozdział 1

Język a poczucie własnej wartości	319
---	-----

Rozdział 2

Język proaktywny	329
------------------------	-----

Rozdział 3

Język pozytywny, język nadziei	337
--------------------------------------	-----

Rozdział 4

Język poczucia obfitości, język współpracy	346
--	-----

Rozdział 5

Język spójności wewnętrznej	352
-----------------------------------	-----

Zakończenie	356
-------------------	-----

Bibliografia	358
--------------------	-----