

SPIS TREŚCI

Wstęp	5
-------------	---

PROLOG

Hanna Brycz, <i>Człowiek. Instrukcja obsługi</i>	9
--	---

Kim jestem

Hazel Rose Markus, <i>Ja w wielkim świecie</i>	21
Elizabeth F. Loftus, <i>Pinokio i fałszywe wspomnienia</i>	28
Bogdan Wojciszke, <i>Złudzenie siebie</i>	31
Sonja Lyubomirsky, <i>W pogoni za szczęściem</i>	40
Charles S. Carver, <i>Rozważna i impulsywna</i>	43
Robert R. McCrae, <i>Osobliwości osobowości</i>	51
Grażyna Wieczorkowska-Wierzbńska, <i>Wciąż ten sam, choć inny</i> ..	54

Spełniając marzenia

Julius Kuhl, <i>Anioł Stróż i obietnki-cacanki</i>	67
Keith Oatley, <i>Co czytać, by się zmienić</i>	75
Roy F. Baumeister, <i>Siły woli do woli</i>	77
Mihály Csíkszentmihályi, <i>Popłynąć pozytywnie</i>	86
Janusz Czapiński, <i>Twarze sukcesu</i>	88

Drogowskazy uczuć

Ewa Trzebińska, <i>Korzyści z radości</i>	101
Paul Ekman, <i>Emocje wypisane na twarzy</i>	110
Martin Seligman, <i>Okulary szczęścia</i>	112
Nico H. Frijda, <i>W głąb uczuć</i>	118
Jerzy Trzebiński, <i>Tarcza nadziei</i>	121

Jak psujemy sobie życie

Ewa Woydyłło, <i>Konie przed wóz</i>	129
William B. Swann, <i>Grupa to ja!</i>	134
Agnieszka Popiel, <i>Krótką kotłderka psuje życie</i>	136

Tom Pyszczynski, <i>Bufor przed śmiertelną trwogą</i>	147
Milena Karlińska-Nehrebecka, <i>Pogoda na smutek</i>	150

W drodze do ludzi

John Cacioppo, <i>Na samotnym głodzie</i>	161
Steven Pinker, <i>Jak zdradza nas język</i>	169
Anna Szuster-Kowalewicz, <i>Pomoc pierwszej potrzeby</i>	172
Bernard Weiner, <i>Kto winien?</i>	178
Philip Zimbardo, <i>Ludzkość to mój nos</i>	180
Michael McCullough, <i>Lepiej ze mną nie zadzieraj</i>	188
Piotr Sztompka, <i>Zakład o zaufanie</i>	191

Recepta na zdrowie

Aleksander Perski, <i>Sen, stres i ciała odrodzenie</i>	203
Shelley E. Taylor, <i>Zdrowe złudzenia</i>	212
Wojciech Eichelberger, <i>Niespodziewanie spotykany spokój</i>	215
David M. Buss, <i>Dziwne powody uprawiania seksu</i>	223
Philip Zimbardo, <i>Wieczna chwila i inne czasy</i>	227

Ja w świecie biznesu

Kathleen D. Vohs, <i>Dwie strony pieniądza</i>	237
Howard Gardner, <i>Poszukiwana: dobra praca</i>	246
Tomasz Zaleskiewicz, <i>Wszyscy jesteśmy dłużnikami</i>	248
Jerome S. Bruner, <i>Zabójczy kolor skóry</i>	258
Dominika Maison, <i>Ukryta dźwignia handlu</i>	260
Robert B. Cialdini, <i>Twój sąsiad już to robią</i>	269
Jerzy Gut, <i>Gdy rybieńka nie służy</i>	271

Lepsza wersja siebie

Nancy McWilliams, <i>Diagnoza na życie</i>	281
Joseph P. Forgas, <i>Złość myśleniu nie szkodzi</i>	288
Milena Karlińska-Nehrebecka, <i>Zjadanie słonia po kawałku</i>	291
Albert Bandura, <i>Człowiek jako sprawca zła</i>	299
Lidia Grzesiuk, <i>Proszę mnie zmienić</i>	301
Susan Folkman, <i>Odrodzeni po traumie</i>	309
Elżbieta Zdankiewicz-Ścigała, <i>Świat sklejonny na nowo</i>	311

Epilog

Philip Zimbardo, Christina Maslach, <i>Podwójna tożsamość psychologii</i>	323
--	-----

INDEKS RZECZOWY	331
INDEKS NAZWISK	334