

OBSAH

1. Nenápadná schopnost	9
ČÁST I: ANATOMIE POZORNOSTI	19
2. Základy	21
3. Pozornost ve vyšší a nižší části mozku	32
4. Přínosy toulající se myslí	47
5. Hledání rovnováhy	55
ČÁST II: SEBEUVĚDOMĚNÍ	67
6. Vnitřní kormidlo	69
7. Vnímat sebe sama tak, jak nás vnímají ostatní	76
8. Recept na sebeovládání	85
ČÁST III: JAK SE VYZNAT V OSTATNÍCH	99
9. Žena, která toho věděla příliš	101
10. Tři druhy empatie	106
11. Sociální citlivost	123
ČÁST IV: ŠIRŠÍ KONTEXT	133
12. Vzorce, systémy a maléry	135
13. Systémová slepota	142
14. Vzdálené hrozby	152

