

Obsah

Během 30 minut víte víc!	3
---------------------------------	----------

Předmluva	6
------------------	----------

1. Vzájemné ovlivňování těla a ducha	9
---	----------

Neverbální versus verbální komunikace	9
---------------------------------------	---

Každé tělo mluví jiným jazykem	13
--------------------------------	----

Tělo jako zrcadlo duše	14
------------------------	----

Nálada jako zrcadlo těla	16
--------------------------	----

Snažte se působit pozitivně!	20
------------------------------	----

2. Držení těla – vaše vizitka	27
--------------------------------------	-----------

Fakta o držení těla	27
---------------------	----

Správný postoj se dá naučit	28
-----------------------------	----

Sedíte dobře?	33
---------------	----

Tak je to správně	36
-------------------	----

Signály flirtu	39
----------------	----

3. Gestikulace – co vyprávějí vaše ruce	43
--	-----------

1 x 1 gestikulace	43
-------------------	----

Pozitivní a negativní gesta	47
-----------------------------	----

Správný pozdrav	51
-----------------	----

Zrádná gesta	53
--------------	----

Další signály flirtu	55
----------------------	----

4. Mimika – zrcadlo duše	59
Alfa a omega mimiky	59
Pozitivní a negativní mimika	66
Stačí jediný pohled	69
Zrádná mimika	71
5. Kulturní rozdíly v oblasti řeči těla	75
Správný pozdrav na celém světě	76
Souhlas a odmítnutí	77
Jak se vyvarovat nedorozumění	77
6. Test: Jak zběhlí jste v otázkách řeči těla?	81
Řešení	84
Shrnutí	86
O autorce	93
Seznam literatury	94
Rejstřík	95