

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