

Obsah

Co je pasivní agrese

a proč představuje problém?	9
Asertivita, agrese či pasivní agrese?	10
Proč pasivní agrese nefunguje?	16
Které jednání patří k pasivní agresi?	18

Jak vzniká pasivní agrese?

Další důvody pasivně agresivního jednání	30
Hněv a jeho místo v životě člověka	50

Situace, v kterých se lidé

nejčastěji uchylují k pasivní agresi	61
Partnerské vztahy	61
Rodiče a děti	82
Pracovní kolektiv	89
Další situace, kdy lidé jednají pasivně agresivně	93

Jak se chovat k pasivně agresivnímu jedinci

Partnerství	106
Pracovní vztahy	114
Rodiče/učitelé a děti	122

Pasivní agrese u nás samých	129
Pasivní přístup k životu	131
Efektivnější komunikace	134
Komunikujte autenticky	150
Manipulace	165
Asertivní jednání	176

Empatie	181
Jak rozvíjet empatii	187

Závěrem	191
----------------	-----

25	... Když vám dojde energie, nechte se zavřít
30	... 13 000 hodin energie čerpají výboří občané
32	... cílového člena v očích ordej s výhodou
35	... situace, v které je vložena
36	... 04748998 invazí k bezpečnosti
38	... posluchače vystavuje
48	... Rovnou kohout
50	... Dále jižnice, když bude jednouž bezesporu

50	... počítat, kolik uvnitř je energie a kolik se má
55	... 000 m², s. r. o., Praha 2017
57	... posluchače
59	... Především vlastní
61	... Rovnou kohout