

OBSAH

NAPSALI O KNIZE...	9
O AUTOROVÍ	13
ÚVOD	15
Spontánní komunikace? Nebo výbuch?	16
Oslepení září reflektorů	17
„Mluvení spatra není mojí doménou“	17
Myslete rychleji a mluvte chytřeji	19
Život není přednáška TED	21
Přednosti písmene A	23
Ze Stanfordu s láskou	24
Zvedněte laťku	27
 I. ČÁST	
METODIKA MYSLETE RYCHLEJI, MLUVTE CHYTŘEJI	
ŠEST KROKŮ K LEPŠÍMU SPONTÁNNÍMU PROJEVU	
1. KLID	
ZKROŤTE NERVOZITU	31
Mluvení bez paniky	32
Poznejte abecedu příznaků	33
Všímavost je zásadní	33
Zpomalte, ochlaďte se, doplňte tekutiny	35
Zkroťte mozek	37
Hmm... ééé... jako... víte	40
Osobní plán zvládání úzkosti	43
Objevte sebe sama	46
2. ODBLOKOVÁNÍ	
MAXIMALIZUJTE PRŮMĚRNOST	49
Zkratky na cestě ke „správnému“ řešení	51
Překvapivá síla slůvka „protože“	52
Tohle je ten správný způsob, jak jíst špagety!	54
Obejděte heuristiku	56
„Správně“ špatný název	59

Mějte odvahu být všední	61
Chyby jako příležitosti	63
Konverzace, ne vystoupení	65
Probudte svou spontánní stránku	69
3. ZMĚNA POHLEDU	
DÁVEJTE SI POZOR NA NASTAVENÍ MYSLI	73
První změna nastavení mysli	
Od fixace k růstu	76
Druhá změna nastavení mysli	
Nemyslete na sebe, myslíte na své publikum	79
Třetí změna nastavení mysli	
Neříkejte „ano, ale...“ ani „ne!“, naučte se říkat „ano, a...“	82
Čtvrtá změna nastavení mysli	
Zapomeňte na to, co se stalo, přejděte k „další hře“	85
Všechno špatné je k něčemu dobré	89
4. NASLOUCHÁNÍ	
NESNAŽTE SE COKOLI DĚLAT... JEN NASLOUCHEJTE!	93
Síla naslouchání	95
Buďte pozornější	98
Naslouchejte tomu, co je třeba udělat, a udělejte to	108
5. STRUKTURA	
STRUKTURUJTE SVŮJ SPONTÁNNÍ PROJEV	111
Seznam není struktura	114
Udržte si pozornost posluchačů	116
Posílení paměti	117
Usnadněte komunikaci svému publiku	120
Usnadněte komunikaci i sobě	121
Struktura jako švýcarský nůž	123
Nácvik strukturování	126
Připravte se na spontánnost	128
6. ZAMĚŘENÍ	
KLÍČOVÉ SLOVO SPONTÁNNÍHO PROJEVU	133
První aspekt: Přesnost – „Hm, co tím přesně míníte?“	
<i>Podstata: Myslete na cíl – co se má publikum dozvědět, jak se má cítit a co má udělat</i>	135

Druhý aspekt: Relevance – „Proč by mě to mělo zajímat?“ <i>Podstata: Soustředte se na to, co je pro vaše publikum důležité</i>	138
Třetí aspekt: Přístupnost – „Proč je všechno tak komplikované?“ <i>Podstata: V zájmu srozumitelnosti se vyhněte žargonu a zkratkám</i>	143
Čtvrtý aspekt: Stručnost – „Proč mluví tak zeširoka?“ <i>Podstata: Buďte struční</i>	149
Společnost s obratem 1,5 bilionu dolarů v pouhých dvanácti slovech	152
II. ČÁST	
MLUVTE CHYTŘEJI V KONKRÉTNÍCH SITUACÍCH	
Praktická situace 1 STAŇTE SE MISTRY NEFORMÁLNÍ KOMUNIKACE	159
Praktická situace 2 PŮSOBIVÉ PŘÍPITKY (A TAKÉ POCTY A PŘEDSTAVOVÁNÍ)	175
Praktická situace 3 (NE)DOKONALÁ PREZENTACE NÁVRHŮ	185
Praktická situace 4 OTÁZKY, KTERÉ VÁS NEROZHODÍ	197
Praktická situace 5 ZPĚTNÁ VAZBA, KTERÁ NEZAPADNE	209
Praktická situace 6 TAJEMSTVÍ OMLUVY	221
ZÁVĚR	233
Dodatek 1 STRUKTURY, KTERÉ MŮŽEME POUŽÍT V KONKRÉTNÍCH SITUACÍCH	239
Dodatek 2 INTERNETOVÉ STRÁNKY S NOVÝMI MATERIÁLY	241
PODĚKOVÁNÍ	243
POZNÁMKY	245