

# Spis treści

Siedem procent, czyli po co piszę tę książkę .....	11
<b>CZĘŚĆ 1 KOMUNIKACJA</b> .....	19
<b>Rozdział 1</b>	
Dlaczego się komunikujemy? .....	25
<b>Rozdział 2</b>	
Po co się komunikujemy? .....	28
<b>Rozdział 3</b>	
Od nieświadomości do uświadomienia .....	57
<b>CZĘŚĆ 2 JĘZYK JAKO ŹRÓDŁO TOŻSAMOŚCI</b> .....	99
<b>Rozdział 1</b>	
Tożsamość wiekowa, narodowa, płciowa .....	112
<b>Rozdział 2</b>	
Tożsamość psychologiczna .....	121
<b>Rozdział 3</b>	
Prezentacja siebie jako sterowanie tożsamością .....	123

<b>CZĘŚĆ 3 KOMUNIKACJA Z SAMYM SOBĄ</b> .....	131
<b>Rozdział 1</b>	
Kim jesteś? Czego chcesz? .....	146
<b>Rozdział 2</b>	
Obraz siebie i samoocena .....	156
<b>Rozdział 3</b>	
To twoje emocje .....	167
<b>CZĘŚĆ 4 UŚWIADOMIONA SKUTECZNA KOMUNIKACJA</b> ....	181
<b>Rozdział 1</b>	
Dlaczego uświadomiona .....	184
<b>Rozdział 2</b>	
Dlaczego skuteczna .....	187
<b>Rozdział 3</b>	
Dlaczego komunikacja .....	196
<b>CZĘŚĆ 5 KOMUNIKACJA JAKO WPŁYW</b> .....	199
<b>Rozdział 1</b>	
Polityka — królowa wywierania wpływu .....	201
<b>Rozdział 2</b>	
Media i masowe komunikatory .....	209
<b>Rozdział 3</b>	
Ekonomia i inna wiedza ekspercka .....	220

**Rozdział 4**

Codziennosc i komunikacja ..... 228

**Rozdział 5**

Osobisty wpływ ..... 237

**CZĘŚĆ 6 MOJA ORTODOKSJA** ..... 241

**Rozdział 1**

Co to jest „dobre słowo”? ..... 251

**Rozdział 2**

Co stoi za dobrym słowem, a co za tym niedobrym ..... 263

**Rozdział 3**

Ciszej, proszę... I mądrzej ..... 278

**Rozdział 4**

Dzień Dobrego Słowa ..... 282

**CZĘŚĆ 7 PSYCHOLOGIA I SŁOWO** ..... 287

**Rozdział 1**

Twarz psychologa ..... 292

**Rozdział 2**

Postrzeganie i myślenie a rzeczywistość.

Co może tu zdziałać psycholog? ..... 295

**Rozdział 3**

Eksperymenty ze słowem ..... 309

<b>Rozdział 4</b>	
Co może psycholog .....	313
<b>CZĘŚĆ 8 SKUTECZNY JĘZYK</b> .....	317
<b>Rozdział 1</b>	
Język a poczucie własnej wartości .....	319
<b>Rozdział 2</b>	
Język proaktywny .....	329
<b>Rozdział 3</b>	
Język pozytywny, język nadziei .....	337
<b>Rozdział 4</b>	
Język poczucia obfitości, język współpracy .....	346
<b>Rozdział 5</b>	
Język spójności wewnętrznej .....	352
Zakończenie .....	356
Bibliografia .....	358