

Spis treści

Wstęp. Poszukiwania naukowe

1 Każdy mózg jest inny

2 Odkrycie stylu emocjonalnego

3 Ocena własnego stylu emocjonalnego

4 Styl emocjonalny na mapie mózgu

5 Rozwój stylów emocjonalnych

6 Związek umysł–mózg–ciało, czyli wpływ stylu
emocjonalnego na zdrowie

7 Prawidłowy i nieprawidłowy oraz kiedy „inny” staje się
patologiczny

8 Plastyczność mózgu

9 Wyjście z ukrycia

10 Mnich w maszynie

11 Przeprogramowanie, czyli ćwiczenia mózgu, które zmieniają
styl emocjonalny

Podziękowania

Przypisy

Indeks