



SZTUKA SKUTECZNEGO POROZUMIEWANIA SIĘ

Matthew McKay , Martha Davis , Patrick Fanning

SPIS TREŚCI

Wstęp

Cz. I. Umiejętności podstawowe

1. Sztuka słuchania
2. Odstanianie się
3. Ekspresja

Cz. II. Umiejętności zaawansowane

4. Język ciała
5. Parajęzyk i metakomunikaty
6. Ukryte programy
7. Analiza transakcyjna
8. Precyzowanie wypowiedzi

Cz. III. Umiejętności przydatne w sytuacjach konfliktowych

9. Trening asertywności

10. Strategie uprawomocnienia

11. Negocjacje

Cz. IV. Umiejętności społeczne

12. Bezbłędne pierwsze wrażenie

13. Nawiązywanie kontaktu

14. Komunikacja cyfrowa

Cz. V. Umiejętności przydatne w komunikowaniu się z bliskimi

15. Komunikacja w związku

16. Porozumiewanie się z dziećmi

17. Porozumiewanie się w rodzinie

Cz. VI. Umiejętność dotyczące wpływu na innych

18. Zmiana cudzego zachowania

19. Wypowiadanie się na forum publicznym

20. Rozmowa o charakterze wywiadu

Literatura zalecana

Bibliografia