

SPIS TREŚCI

Witaj, niesamowita istoto!	11
Zamień szarość na wyjątkowość	15
Status: niepozorny	15
Czym jest charyzma?	17
Twój poziom charyzmy	21
Charyzma i samoświadomość	25
Charyzma zaczyna się w głowie	25
Przejrzystość wyznacza kierunek	28
Indywidualność i autentyczność	43
Otoczenie to twój napęd	47
Silne poczucie własnej wartości	52
Miłość do siebie - powiedz sobie: „tak”	65
Świadome wyznaczanie granic	71
Wdzięczność jako źródło spełnienia	85
4 kroki do społecznej atrakcyjności	87
Klucz do charyzmy	87
Krok 1: Obecność	
Tak zbudujesz pozytywną relację z ludźmi	94
Fizyczna obecność	94
Dobry smali talk	97
Słuchanie to sztuka	100
Budowanie zaufania	102
Krok 2: Serce Tak zjednasz sobie ludzi	106
Szacunek: człowiek na pierwszym miejscu	107
Życzliwość: nie bądź dupkiem	115
Krok 3: Entuzjazm Tak rozniecisz ogień w ludziach	121
Przepis na entuzjazm	122
Pozytywność zawsze zwycięża	123

Humor jako katalizator	132
Sztuka inspiracji	134
Przyjazna retoryka	135
Krok 4: Pewność siebie	
Tak zaprezentujesz się w sposób opanowany i wiarygodny	141
Przewyciężyć nieśmiałość i niepewność	142
Odwaga: o sztuce przekraczania granic	147
Suwerenność: jak być drogowskazem	151
Siła retoryki	158
Świadoma mowa ciała	164
Szacunek	166
Spojrzenie z zewnątrz	169
Czynniki sukcesu prowadzące do niezapomnianego wrażenia	169
Pierwsze wrażenie: postawa ciała, ubiór, głos	170
Marketing osobisty: sztuka autopromocji	196
Więcej odwagi: zmiana jest możliwa	207
Pierwsze kroki od szarości do wyjątkowości	207
Napisz własną mowę pogrzebową	210
Stwórz własne motto życiowe	212
Zawiąż kontrakt z samym sobą	214
Zakończenie i moja dedykacja dla Ciebie	217
Bibliografia	219