

## Indice generale

- 7 I Chi è la persona dietro la tua faccia? E la tua faccia che aspetto ha?
- 13 II Come amministrarsi: secondo gli etologi e secondo il buon senso
- 19 III Che cos'è l'intelligenza? Da dove viene?
- 27 IV Ci serve un buon carattere? Facciamocelo da soli
- 38 v Essere buoni, sembrare buoni o le due cose insieme?
- 46 VI Non troppo modesti, né troppo sfacciati
- 54 VII È meglio mirare molto in alto o molto in basso?
- 59 VIII Come accettare le critiche
- 65 IX Come presentarti a te stesso
- 72 x Quando avere paura e quando non mostrarlo
- 79 XI Come dire « no » sorridendo invece che « sì » piangendo
- 83 XII Come regolare il tono della voce e le risposte ricorrenti
- 97 XIII Quanto essere aggressivi sul lavoro
- 106 XIV Come sostituire l'intelligenza allo sforzo bruto
- 117 xv Il successo o il fallimento possono mostrarti chi sei?
- 123 XVI Come superare gli effetti dello sbaglio monumentale
- 130 XVII Come essere professionisti
- 142 XVIII Come amministrare i nostri sentimenti
1. L'amore e l'odio, 144 - 2. L'umanità e la crudeltà, ovvero la tenerezza e la durezza, 151 - 3. Il rimorso e il pentimento, 153 - 4. L'invidia e l'emulazione, 155 - 5. La

cupidigia e la liberalità, 157 - 5. Umiltà e superbia, 160 -  
7. Ammirazione e disprezzo, 161 - 8. L'ossessività e l'ipo-  
condria, 162 - 9. La speranza e il pessimismo, 166 - 10. Il  
pudore e la dissolutezza, 167 - 11. L'umorismo, 168 -  
12. L'estroversione e l'introversione, 169.

170    XIX Come evitare le trappole sociali