

SPIS TREŚCI

Kilka słów o nas	5
To, co jest – jest	6
Nie możesz być kimś innym niż jesteś	8
 Powszechność manipulacji	 9
Co to jest manipulacja?	10
Co jest najważniejsze w manipulacji?	11
Lepiej zapobiegać	13
Zamieszanie	14
Potrzebujesz wiedzieć	15
Nikt nie jest całkowicie odporny	15
 Zajmij się swoim życiem	 17
Twoje życie – Twoje warunki	18
Granice manipulacji	19
Autorytet	20
Zmiany życiowe	22
W manipulacji biorą udział dwie osoby	23
Manipulacja szkodzi zdrowiu	23
Manipulacja działa	24
Warsztat manipulatora	25
 Nie dopuść do manipulacji	 29
Dobieraj sobie otoczenie	30
Czego chcesz?	34