

Spis treści

777 skutecznych technik manipulacji

W całej książce pojawia się kilkadziesiąt oznaczeń *M* — czyli: „Uważaj, to jest manipulowanie Czytelnikiem!”. Oznaczenia te występują tylko tam, gdzie zauważyłem manipulowanie przed oddaniem tekstu do druku. Pozostałe, nieświadome manipulacje są w książce prawdopodobnie obecne także, i to w sporej liczbie.

Rozszerzenie /13

Rozszerzenie 1. Zmiany klimatu /15

Rozszerzenie 2. Pandemia COVID-19 /17

Rozszerzenie 3. Manipulacja emocjami

w bardzo szczytnym celu... #MeToo! /22

Rozszerzenie 4. Manipulacja emocjami w bardzo szczytnym celu... #BlackLivesMatter! #BLM! /25

Rozszerzenie 5. Wybrane techniki obrony przed manipulacjami /35

Rozdział 1. Dlaczego manipulacja jest RULEZ? Bo jest tlenem codziennego życia! (11 technik wpływu lub manipulacji) /45

Rozdział 2. O co idzie gra? Po co nam ta wstrętna manipulacja? (27 technik wpływu lub manipulacji) /55

2.1. Co chcemy, a co możemy osiągnąć, manipulując? /56

2.2. Manipulacja nie jest zero-jedynkowa.

Jest liniowa i działa w czasie /58

2.3. Kilka technik skokowych, czyli odwrotność liniowości z podrozdziału 2.2 /63

Rozdział 3. Zjedźmy coś w Berlinie — czyli czym jest manipulacja raz jeszcze (tu — 23 techniki wpływu/manipulacji) /71

- 3.1. Z panem Arturem rozmowa o drobnych /71
- 3.2. Manipulant czy uczciwy idiota? Szukamy granic manipulacji /73
- 3.3. Test na oddzielenie perswazji od manipulacji /75

Rozdział 4. Czego o manipulacji uczy nas Daniel Goleman — i to w 75 sekund! (117 technik wpływu lub manipulacji) /79

- A. Wyrzucono mnie z hotelu /79
- B. Wyrzucono mnie z hotelu. Rozwiązanie /81
- C. Wyrzucono mnie z hotelu. Rozbrojenie, wyjaśnienia /83
- 4.1. Tylko Kopernik Cię uratuje. Jak nie zginąć w drodze? /85
- 4.2. Jednak... jeśli się nie wkurzysz, to się nie zmienisz /88
- 4.3. Goleman w pustej Sali Balowej w Marriotcie w centrum Warszawy /89
- 4.4. Grecki bóg Kairos decyduje, jak manipuluje nami świat /91
- 4.5. Dalajlama uczy, jak zarządzać sobą /93
- 4.6. Technika presupozycji blokującej /95
- 4.7. Czasem w manipulacji pojawia się myślenie, choć rzadko... /96
- 4.8. Kłęknięcie to oznaka władzy, nie słabości /98
- 4.9. Mamy teraz oczy na tym samym poziomie /100
- 4.10. Budujemy mosty, czyli szukamy czegoś, co nas łączy /101
- 4.11. Według Zygmunta Baumana — wolność wyboru i bezpieczeństwo! /103
- 4.12. Nie ja biję. Różga bije /104
- 4.13. Wet za wet — wzajemne wyłudzenie empatii, czyli dwa w jednym /106
- 4.14. Koń ma duży łeb — niech on się martwi zamiast mnie /108
- 4.15. Zasada prezentu i wzajemności jest święta /110
- 4.16. Na kolanach nie powalczysz — znajdź poziom równy /111
- 4.17. Miej plan — zawsze! /113
- 4.18. Oddaj honory — na tym zarabia się najlepiej! /116
- 4.19. Rób swoje i cierpliwie czekaj /117
- 4.20. Jak powstało NLP? /119
- 4.21. Tezy NLP — te najważniejsze! /122
- 4.22. Implikatura (i presupozycja) /124
- 4.23. I obiecana presupozycja /125
- 4.24. Wywiad z Danielem Golemanem z 2007 roku /127

Rozdział 5. Mózg — geniusz oszustwa i automanipulacji!

(141 technik wpływu lub manipulacji) /131

- 5.1. Dlaczego nasz mózg oszukuje siebie i nas? /131
- 5.2. Jak nasze zmysły oszukują nasz mózg? /140
 - 5.2.1. Jak oczy oszukują nasz mózg? /141
 - 5.2.2. Jak ciało oszukuje nasz mózg? /146
 - 5.2.3. Jak liczby oszukują nasz mózg? /147
 - 5.2.4. Jak słowa oszukują nasz mózg? /152
 - 5.2.5. Jak kolory oszukują nasz mózg (ale nie na pewno) /157
- 5.3. Mechanizmy mamienia mózgu —
praktyczne i czasem pożyteczne /159
- 5.4. Zestaw praktycznych porad — to się może przydać! /166
- 5.5. Trzy tabele mechanizmów manipulacji, którym ulegamy /169

Rozdział 6. Kompleksowe (inne) modele wywierania wpływu

(43 techniki wpływu lub manipulacji) /179

- 6.1. Model Diltsa — metodologia wpływu kompleksowego /179
- 6.2. Model (system) zasad wywierania wpływu
według Cialdiniego /185

Rozdział 7. Model Manipulacji Megalitycznej (15 technik wpływu lub manipulacji) /193

Rozdział 8. JA w manipulacji (i automanipulacji)

(35 technik wpływu lub manipulacji) /201

- Kilka chwytów na ustawienie JA w pozycji korzystnej
dla nas samych /203
- Metazasady mojego JA /205
- Jak mnie widzą inni? /208
- Syndrom nadawcy /208
- Jak widzę sam siebie? /209
- Mapa mojego JA-świata — czyli NLP w automanipulacji /211
- Podsumowanie JA /218