

SPIS TREŚCI

Wstęp	7
Psychika jako system	13
Pojęcie „manipulacja”	15
Techniki manipulacyjne	31
Manipulacja emocjami	32
Wzbudzanie strachu	35
Zagrożenie zerwaniem związku	41
Pozorne zaspokajanie potrzeb	48
Wywoływanie poczucia winy	53
Wpływ na podejmowanie decyzji	57
Poprawianie obrazu „ja”	61
Ingracjacja	64
Stosowanie reguły wzajemności	79
Wampiryzm emocjonalny	84
Manipulacja myśleniem	86
Tworzenie i wykorzystywanie uprzedzeń	87
Wywoływanie i redukcja dysonansu poznawczego	92
Wpływ na zmianę postaw	96
Wykorzystywanie tendencyjności myślenia	103
Powolywanie się na autorytety	108
Wykorzystywanie myślenia stereotypowego i zachowań mechanicznych	118
Wykorzystanie oporu psychologicznego	126
Makiawelizm	128
Plotka	139

Manipulacja społeczna	147
Presja grupy	150
Manipulacja tekstem	158
Kłamstwo	159
Konformizm	174
Mobbing	177
Język narzędziem manipulacji	191
Propaganda	196
Wpływ na komunikację społeczną	209
Reklama	220
Negocjacje	226
Pranie mózgu, sekty, ideologie	233
Antymanipulacja	271
Piśmiennictwo	285