

Inhaltsverzeichnis

KAPITEL 1: Wie wir im ALLTAG manipuliert werden	1
Nr.1: Augenfarbe der Gesprächspartner	1
2. Der erste Eindruck, Auftreten und Händedruck	1
3. Die Sprache manipulieren	2
4. Manipulation durch den Halo-Effekt	2
5. Unser Aussehen	4
6. Priming Effekt	4
7. Auf Füße und Körperstellung achten	5
8. Foot-in-the-door-Technik	5
9. Methode des Pacing	6
10. Begeistere dich und du wirst begeistert werden	6
Die Alltagsmanipulation	7
Welche Techniken wendet das Gegenüber an?	7
KAPITEL 2: Entwicklung der Manipulation (kurzer Abriss)	9
Seit Menschengedenken manipuliert	9
Fremdbestimmtes Handeln	10
Kommunikation und Manipulation	11
KAPITEL 3: Manipulation in Supermärkten	12
Der Supermarktstrategie	16
Tipps und Techniken	17
KAPITEL 4: Abgasskandal	18
Falls nicht bekannt die Entstehungsgeschichte der Aufdeckung des Skandals:	18
Wie können Sie sich als Betroffene nun davor schützen?	18
Tipps und Techniken	19
KAPITEL 5: Manipulation im Internet	20
Zu Facebook aktuelle Ereignisse:	22
Lass dich vom Internet nicht manipulieren	22
Tipps und Techniken	24
KAPITEL 6: Manipulation im Beruf	25
Ankereffekt beeinflusst Gehaltsforderung	26
Für Anerkennung sorgen	26
Tipps und Techniken	27

KAPITEL 7: Manipulation durch den Arbeitgeber	28
Die Standpunktvertretung	29
Emotion und Manipulation	31
Einschüchterung	31
Liebesentzug	32
Harmonie.....	33
Die Angst vor dem Nein sagen	33
Von Kindesbeinen an.....	34
Nutze dennoch die Gunst der Stunde und nehme folgende Techniken wahr:	35
Fuß-in-der-Tür-Technik	35
Das Prinzip von Geben und Nehmen	36
Der Herdentrieb	36
Der Autoritätsstrick.....	36
Die Knappheitsfalle	36
Die Gefühlsebene.....	37
Freundschaftliche Ebene.....	37
Bewusstes Informationsmanagement	37
KAPITEL 8: Manipulation in der Schule	38
Die Schulbank drücken	39
Ein guter Schüler ist nichts wert.....	40
Schule, Lehrer und Schüler müssen eine Einheit bilden	40
KAPITEL 9: Manipulation durch die Medien.....	42
Medien – die vierte Gewalt.....	42
Situation in Deutschland	42
Einschränkungen in anderen Ländern.....	43
Investigativer Journalismus_	43
Watergate-Affäre	43
Problematik - Medienmanipulation	44
Ökonomische Zwänge	45
Medienmanipulation nimmt bedenkliche Formen an	45
Die Manipulation von Frauen.....	45
Medien und Macht.....	46
Die Wahrheit liegt im Verborgenen	47
Die Angriffssprache	47

Die Schokolade macht's	48
Die Medien manipulieren unsere Gesundheit	48
Pharmariesen sind stets präsent	49
Überzeugend werben – Ein manipulatives Meisterwerk	49
Kapitel 10: Manipulation - Die Beeinflussung des Menschen	51
Sabotiere das Gespräch.....	51
Das Manipulationsmanöver oder auch das entweder oder Argument	52
Schwarz färben	52
Tarnen und Täuschen	52
Die Rutschbahntechnik.....	52
Mit Zahlen und Fakten um sich werfen	53
Die Expertentaktik	53
Nichts ist unmöglich	53
Sprich eine Garantie aus.....	54
Bleibe bei deinen Aussagen.....	54
Der Perfektionstrick.....	55
Angriff auf die Persönlichkeit	55
Der indirekte Angriff.....	55
Werde ruhig emotional	55
Wir sitzen alle im selben Boot	56
Nutze die Furcht der anderen	56
Appell an das Mitleid.....	56
Die Macht der Worte.....	56
Die Trivialität und die Taktik.....	57
Der Zirkelschluss – Im Kreis drehen.....	57
Setze deinen Charme ein.....	57
Kinder sind das beste Beispiel	58
Nutze die einseitige Argumentation.....	58
Ergreife Gegenmaßnahmen	58
Setze die Manipulation für dich ein.....	59
Die Führungskraft und die Manipulation	60
Folgende Techniken wendest du dabei an:	60
Manipulation ist eine Frage des Stils.....	61
Überzeugungskraft	62

Mit Begeisterung und der nötigen Manipulation.....	62
Ohne Begeisterung und der nötigen Manipulation	62
Die Manipulation als Geheimwaffe.....	62
Was versteht man unter der Manipulation?.....	64
Hier ein paar Beispiele wie dich die Manipulation verändern kann. .	65
Lass dich nur positiv manipulieren	66
KAPITEL 11: Doping im Sport.....	67
Russland	67
KAPITEL 12: Wie schützen wir uns vor Manipulationen?.....	70
BEDINGUNGSLOSES GEBEN UND NEHMEN ALS SCHUTZ VOR MANIPULATION.....	70
Wie erkenne ich die Beeinflussung von anderen?	71
BEWUSSTSEIN ALS SCHÜTZENDE HÜLLE VOR MANIPULATION	71
Wie und wo werde ich manipuliert?	71
Schütze dich vor dir selbst.....	72
BONUS: Selbsttest – Bist du emotional leicht erpressbar?	74
Test Auswertung:	76
KAPITEL 13: ENDE .. MOTIVATION .. FAZIT, oder wie immer es du nennen willst	77
Die schönsten Zitate über Einfluss	79
Impressum	88