

Оглавление

<i>Предисловие ко второму изданию</i>	3
<i>Предисловие к первому изданию</i>	8
<i>Введение</i>	10
Глава 1. Общие принципы психологической борьбы, легкие для понимания и применения	17
Объективность законов психологии	17
Основы амортизации	23
<i>Непосредственная амортизация</i>	26
<i>При «психологическом поглаживании»</i>	26
<i>При приглашении к сотрудничеству</i>	30
<i>При «психологическом ударе»</i>	33
<i>Отставленная амортизация</i>	38
<i>Профилактическая амортизация</i>	42
Глава 2. Теория амортизации, немного скучная, но необходимая	49
Потребность в общении	49
Общение с самим собой (структурный анализ)	53

Общение с партнером (трансактный анализ).....	69
<i>Параллельные трансакции</i>	69
<i>Перекрещивающиеся трансакции (механизмы конфликта)</i>	80

Глава 3. Частная амортизация94

Амортизация на службе	94
<i>Укрощение строптивого начальника</i>	95
<i>Укрощение стропливой начальницы</i>	99
<i>Принцип амортизации в деловых переговорах</i>	107
Амортизация в общественной жизни	108
Амортизация в личной и семейной жизни	110
<i>Ситуация разрыва отношений</i>	110
<i>Ситуация налаживания личных отношений</i>	120
<i>А можно еще и так</i> <i>(Из практики Б.М. Литвака)</i>	124
<i>Соседские отношения</i>	125
<i>Ситуация «Муж — жена»</i>	126
<i>Ситуация «Жена — муж»</i>	128
<i>Ситуация «Родители — дети»</i>	128
<i>Ситуация «Дети — родители»</i>	131
<i>Ситуация «Свекровь — невестка»</i>	132

Глава 4. Командовать или подчиняться?

(специально для руководителей)	137
<i>Сюрприз</i>	154

Приложение 156

Амортизационные письма	156
<i>Вернуть мужа</i>	160
<i>Что муж ни сделает, то и хорошо</i>	164
<i>Как вернуть жену</i>	171

<i>Как разойтись с человеком, который удерживает возле себя силой, против твоего желания</i>	198
<i>Как отбить мужа</i>	201
<i>Как женить на себе</i>	205
<i>Снятие начальника</i>	207
<i>О гениях общения</i>	208
<i>Литература для самостоятельного изучения</i>	214