

TABLE DES MATIÈRES ABRÉGÉE

...		15.3.11	Personne manipulatrice irréaliste	54
CHAPITRE 8. : DÉFINITIONS	19	15.3.12	Personne manipulatrice profiteuse	55
8.1 AU SENS LITTÉRAL	20	15.3.13	Personne manipulatrice nerveuse	56
8.2 AU SENS COMMUN	20	15.3.14	Personne manipulatrice pessimiste	57
8.3 AU SENS PÉJORATIF	21	15.3.15	Personne manipulatrice questionneuse	57
CHAPITRE 11. : LES BUTS VISÉS PAR LA MANIPULATION	29	15.3.16	Personne manipulatrice silencieuse	58
CHAPITRE 12. : CARACTÉRISTIQUES DE LA MANIPULATION	33	15.3.17	Personne manipulatrice supérieure (qui se juge...) hautaine (collet monté)	59
CHAPITRE 13. : DES CAUSES	35	15.3.18	Personne manipulatrice timide	59
CHAPITRE 14. : DOMAINES D'UTILISATION	36	15.3.19	Personne manipulatrice vedette	60
CHAPITRE 15. : PERSONNE MANIPULATRICE	37	15.3.20	Personne manipulatrice verbale	60
15.1 IDENTIFICATION DE LA PERSONNE MANIPULATRICE - Des difficultés - <i>Exercice</i>	37	15.3.21	Personne manipulatrice victime	61
15.2 DES RÔLES - <i>Exercice</i>	39	15.4.1	Quel est mon style ? - <i>Exercice</i>	63
15.3 DES PERSONNALITÉS PARTICULIÈRES ET DES STRATÉGIES	42	15.4.2	Identification de la personne manipulatrice - <i>Exercice</i> «A68» - S'agit-il d'une personne manipulatrice ? - <i>Exercice</i> «E»	77
15.3.1 Personne manipulatrice agressive ou en crise ou criarde	43		- Les comportements (de la personne qui manipule) - <i>Exercice</i> «G»	81
15.3.2 Personne manipulatrice altruiste	45		- Identification des comportements non-verbaux de la personne manipulatrice - <i>Exercice</i> «H»	83
15.3.3 Personne manipulatrice anxieuse	46	15.5	DES EXCUSES DE LA PERSONNE QUI MANIPULE - <i>Exercice</i>	85
15.3.4 Personne manipulatrice approbatrice	48			
15.3.5 Personne manipulatrice blasée	48			
15.3.6 Personne manipulatrice contestataire	49			
15.3.7 Personne manipulatrice distracte, frivole	50			
15.3.8 Personne manipulatrice flirteuse	51			
15.3.9 Personne manipulatrice forcée	52			
15.3.10 Personne manipulatrice indécis	53			
			CHAPITRE 16. : LA PERSONNE VICTIME	88
			16.1 LEURS CARACTÉRISTIQUES	88
			16.2 LES INDICES DE LA MANIPULATION - SUIIS-JE MANIPULÉ ? - <i>Exercice</i>	89

16.3	LES PERSONNES VULNÉRABLES (ÉVALUATION) - <i>Exercice «A»</i> .	91
16.4	LES IDÉES DE LA PERSONNE VICTIME	95
16.5	LES COMPORTEMENTS ET LES ÉMOTIONS DE LA PERSONNE VICTIME - <i>Exercice</i>	100
16.6	LES EXCUSES DE LA PERSONNE VICTIME D'ABUS - <i>Exercice «A»</i>	102
	SI JE DIS NON - <i>Exercice «B»</i>	103

CHAPITRE 17. : LES STRATÉGIES DE LA PERSONNE MANIPULATRICE . .		
17.1	STRATÉGIES GÉNÉRALES	110
17.2	STRATÉGIES SPÉCIFIQUES	111
17.2.1	Amorçage	111
17.2.2	Les leurre (faire miroiter des avantages fictifs)	114
17.2.3	Demander trop pour obtenir moins	115
17.3	STRATÉGIES DIVERSES	116
17.3.1	Détourner des objectifs	116
17.3.2	Semer le doute	116
17.3.3	Fausser l'évaluation	116
17.3.4	Donner...	117
17.5	TECHNIQUES DE MANIPULATION POPULAIRES	135
17.6	ÉMOTIONS DÉSAGRÉABLES TRÈS UTILISÉES	138
17.6.1	L'anxiété	138
17.6.2	La culpabilité	138
17.6.3	La déprime, la dévalorisation	139
17.6.4	L'hostilité (l'agressivité)	139
17.6.5	La pitié	139
17.6.6	La tristesse	139
17.7	ÉMOTIONS AGRÉABLES TRÈS UTILISÉES	140
17.7.1	L'amour, la joie, la confiance	140
17.7.2	La fierté	140

CHAPITRE 18. : POUR MANIPULER		
18.1	PLANIFICATION - <i>Exercice</i> . .	153
18.2	DES RÈGLES	156
18.3	LES ÉTAPES POUR MANIPULER	158
18.4	UTILISATION	162
18.5	LES MOYENS	162
18.6	DES MOYENS UTILISÉS - <i>Exercice</i>	164

CHAPITRE 19. : LES EFFETS DE LA MANIPULATION		
19.3	EFFETS POSSIBLES - <i>Exercice</i>	167

CHAPITRE 20. : INTERVENTION - DES SOLUTIONS		
20.2	POUR CHANGER, JE DOIS AGIR - <i>Exercice</i>	171
20.3	DES SOLUTIONS	174
20.4	DES RÉPONSES VERBALES UTILES - JE ME DONNE DES OUTILS - <i>Exercice «B»</i>	176
20.5	POUR DEVENIR MOINS MANIPULABLE	184
20.6	DES COMPORTEMENTS PLUS UTILES	185
20.7	DES GESTES À POSER - <i>Exercice</i>	186
20.8	QUAND JE ME LAISSE MANIPULER	189

CHAPITRE 21. : ACQUISITION D'IDÉES RÉALISTES		
21.1	DES CONDITIONS FACILITANTES	193
21.2	DES IDÉES RÉALISTES - <i>EXERCICE</i>	194
21.3	EFFICACITÉ DES SOLUTIONS . .	203

CHAPITRE 22. : LES DIFFICULTÉS	
---------------------------------------	--

CHAPITRE 23. : EXEMPLES ET OCCASIONS DE MANIPULATION		
23.1	EXEMPLES DE PRINCIPES MORAUX SOUVENT UTILISÉS	207

CHAPITRE 24. : EXEMPLES DE COMPORTEMENTS VERBAUX .		
		208

CHAPITRE 25. : RÉSUMÉ		
25.3	LA PERSONNE ÉGOCENTRIQUE MANIPULATRICE	211
25.5	DES SOLUTIONS SONT POSSIBLES	211

CHAPITRE 26. : CONCLUSION .		
		212

ANNEXE I : LE MENSONGE		
I-4	OBJECTIFS DE MA DÉMARCHE - <i>Exercice</i>	219
I-7	CONNAÎTRE LE MENSONGE... . .	226
I-7.1	Ses bases	226
I-7.2	Le mensonge à plusieurs faces	227
I-7.3	Caractéristiques du	

	mensonge	229
I-7.4	Critères - Quand s'agit-il d'un mensonge ?	229
I-7.5	Gravité du mensonge ..	230
I-8	POURQUOI MENTIR ? - <i>Exercice</i>	231
I-9	CONDITIONS FAVORABLES AU MENSONGE	235
I-10	MENSONGE - LES ÉTAPES	236
I-11	EFFETS DU MENSONGE CHEZ LES AUTRES	237
I-12	LES PERSONNES PORTÉES D'AVANTAGE À MENTIR	239
I-13	POUR MENTIR EFFICACEMENT...	240
I-14	DISTINCTION - MENSONGE ET FABULATION	240
I-16	LES OBSTACLES AU MENSONGE	242
I-17	LA VÉRITÉ	243
I-17.1	Caractéristiques de la vérité	243
I-17.2	Les avantages de la vérité	243
I-17.3	Les inconvénients de la vérité	243
I-17.4	Pourquoi refuser de voir la vérité ?	244
I-17.5	Les conséquences d'un refus de voir la vérité	246
I-18	INTERVENTION	247
I-18.1	Démarches préliminaires - <i>Exercice</i>	247
I-18.7	Exemples de mensonge et d'occasion	258
I-18.8	Exemples de mensonges verbaux	259
I-18.9	Tricher - Les buts ...	260
I-21	MYTHOMANIE	262
I-21.3	Ses comportements et ses attitudes	263

ANNEXE II : LAVAGE DE CERVEAU

II-1	BUTS VISÉS	265
II-3	DES STRATÉGIES	266
II-4	DES EFFETS GLOBAUX	267
II-5	IDÉES RÉALISTES	267

ANNEXE III : LES SECTES

III-3	LES PERSONNES VULNÉRABLES - <i>Exercice</i>	271
III-4	DES STRATÉGIES	272

III-4.3	Les stratégies (critères) pour contrôler la pensée	273
III-5	LES EFFETS	274
III-6	APRÈS...	275
III-7	IDÉES RÉALISTES	276
III-8	DES SOLUTIONS	277

ANNEXE IV : SAUVEUR - VICTIME

	- PERSÉCUTEUR	278
IV-4	LES PERSÉCUTEURS	287
IV-4.1	Caractéristiques des persécuteurs	287
IV-4.2	Mes comportements - <i>Exercice</i>	289
IV-4.3	Mes émotions - <i>Exercice</i>	291
IV-4.4	Mes idées - <i>Exercice</i>	293
IV-4.5	Leurs moyens (méthodes)	295
IV-5	LES SAUVEURS	296
IV-5.1	Caractéristiques des sauveurs	296
IV-5.2	Mes comportements - <i>Exercice</i>	299
IV-5.3	Mes émotions - <i>Exercice</i>	301
IV-5.4	Les peurs du «sauveur» - <i>Exercice</i>	303
IV-5.5	Mes idées - <i>Exercice</i>	305
IV-5.6	Les effets - <i>Exercice</i>	308
IV-6	LES VICTIMES	311
IV-6.1	Caractéristiques des «victimes»	311
IV-6.2	Les comportements et les émotions de la personne victime - <i>Exercice</i>	313
IV-6.3	Mes comportements - <i>Exercice</i>	314
IV-6.4	Mes émotions - <i>Exercice</i>	316
IV-6.5	Les idées de la personne victime	316
IV-6.6	Les avantages des victimes	322
IV-6.7	Les inconvénients ..	322
IV-7	DES IDÉES RÉALISTES - <i>Exercice</i>	323
IV-8	THÉORIE	325
IV-9	POUR CHANGER DE RÔLE... - INTERVENTION - ÉTAPE	325
IV-12	IMAGE - EXEMPLES	328
IV-13	LECTURE DE RÉFLEXION ...	328

ANNEXE V :	
ÊTES-VOUS SADO, MASO... OU ZORRO ?	330
V-2 QUEL EST MON RÔLE FAVORI ? -	
<i>Exercice</i>	331

ANNEXE VI : PENSÉES	334
----------------------------	------------

ANNEXE VII : NOTES THÉORIQUES	335
--------------------------------------	------------

VII-1 LE PRINCE GUERRIER (LE SOUPIRANT)	335
VII-1.2 Ses adversaires	335
VII-1.3 Ses comportements	335
VII-1.4 Sa sexualité	335
VII-1.5 Ses idées	335
VII-1.6 Rôle familial	336
VII-2 LA BELLE PRINCESSE	336
VII-2.1 Ses buts	336
VII-2.2 Ses sujets d'intérêt	336
VII-2.3 Ses émotions	336
VII-2.4 Son corps	336
VII-2.5 Sa sexualité	336
VII-2.6 Sa famille	337
VII-2.7 Le travail	337
VII-3 PERSONNE MANIPULATRICE SÉDUCTRICE	337
VII-3.1 Ses buts	337
VII-3.2 Ses caractéristiques	337
VII-3.3 Ses comportements	338
VII-3.4 Les effets	338

ANNEXE VIII : STATISTIQUE	339
----------------------------------	------------

RÉFÉRENCES	340
-------------------	------------

CORRIGÉ	343
----------------	------------

INDEX	353
--------------	------------

INFORMATION, FORMATION	356
-------------------------------	------------

LIVRES	356
---------------	------------

CASSETTES	358
------------------	------------

ARTICLES	359
-----------------	------------

SESSIONS ET CONFÉRENCES	360
--------------------------------	------------