

# Obsah

Úvod .....	5
------------	---

## Část I

### Jak funguje citové vydírání

1. Diagnóza: citové vydírání .....	14
2. Čtyři tváře citového vydírání.....	27
3. Zaslepující OPAR.....	47
4. Nástroje a metody vyděrače .....	62
5. Vnitřní svět vyděrače.....	76
6. Na vydírání musí být dva.....	91
7. Dopady vydírání .....	107

## Část II

### Jak se citovému vydírání bránit

Úvod: nadešel čas změn.....	116
8. Než začneme.....	119
9. Čas na rozhodnutí .....	139
10. Strategie .....	159
11. Jak se vymanit z OPARu.....	181