

Spis treści

Wstęp	7
Część I. Skąd się wziął narcyzm?	15
Rozdział 1. Mit o Narcyzie	19
Rozdział 2. Mało zabawna historia narcyzmu	29
Część II. Rodzaje narcyzmu	39
Rozdział 3. Narcyzm wspaniały	43
Rozdział 4. Narcyzm wrażliwy	47
Rozdział 5. Narcyzm kompensacyjny	51
Rozdział 6. Narcyzm ukryty	57
Rozdział 7. Narcyzm społeczny	63
Rozdział 8. Narcyzm uwodzicielski	67
Rozdział 9. Narcyzm koteryjny	71
Rozdział 10. Narcyzm złośliwy	77
Rozdział 11. Narcyzm teatralny	81
Rozdział 12. Narcyzm podejrzliwy	87
Rozdział 13. Narcyzm epizodyczny	91
Rozdział 14. Narcyzm adaptacyjny	95
Rozdział 15. Narcyzm zdrowy	99
Część III. Rozpoznanie	103
Rozdział 16. Samozaabsorbowanie	107
Rozdział 17. Podziw	111
Rozdział 18. Konfirmacja	117
Rozdział 19. Nadwrażliwość	121
Rozdział 20. Kontrola	125
Rozdział 21. Identyfikacja projekcyjna	129
Rozdział 22. Łatwoobrażalność	133
Rozdział 23. Transakcyjność	137

Narcyz. Jak nie dać się skrzywdzić i jak nie krzywdzić innych

Rozdział 24.	Podwójne wiązanie	141
Rozdział 25.	Zazdrość	145
Rozdział 26.	Wstyd	149
Rozdział 27.	Zarządzanie przewagą	153
Rozdział 28.	Tendencje pasożytnicze	159
Rozdział 29.	Manipulacja	163

Część IV. Epidemia narcyzmu **167**

Rozdział 30.	Narcyzm u władzy	173
Rozdział 31.	Narcyzm celebrycki	179
Rozdział 32.	Narcyzm a media społecznościowe	185
Rozdział 33.	Narcyzm zbiorowy	191
Rozdział 34.	Narcyzm pokoleniowy	197
Rozdział 35.	Narcyzm w pracy	203
Rozdział 36.	Narcyzm w rodzinie	209
Rozdział 37.	Randka z narcyzem	215
Rozdział 38.	Relacja z narcyzem	221

Część V. Jak nie dać się skrzywdzić? **227**

Rozdział 39.	Diagnozowanie narcyza	231
Rozdział 40.	Brak reakcji na narcyza	237
Rozdział 41.	Zawstydzanie narcyza	241
Rozdział 42.	Szukanie sprzymierzeńców	245
Rozdział 43.	Zarządzanie napięciem	249
Rozdział 44.	Ustalanie granic i limitów	253
Rozdział 45.	Zarządzanie ego narcyza	259
Rozdział 46.	Ochrona własnej wartości	265

Część VI. Jak nie krzywdzić innych? **269**

Rozdział 47.	Narcystyczna autoświadomość	275
Rozdział 48.	Ocena poziomu dotkliwości	281
Rozdział 49.	Przetestuj swojego narcyza	287
	Zakończenie	299
	Bibliografia	301