

# Inhalt

<b>1. Einführung und Überblick</b> .....	<b>11</b>
Du sollst manipulieren, darfst manipulieren, musst manipulieren, aber methodisch und konstruktiv	
<b>2. Vorurteile abbauen</b> .....	<b>19</b>
Manipulieren wird zum Lehrfach .....	19
Der Mensch als affektlogischer Autopilot .....	21
Du bist nicht schwerer manipulierbar als „andere“ .....	25
Manipulation ist weder gut noch böse .....	30
<b>3. Methodik-Wissen aufbauen</b> .....	<b>37</b>
Denkmodelle .....	37
Konzeptuelles Denken .....	38
<i>Denken in Systemen • Holistisches Denken • Induktiv-syner-</i> <i>getisches Denken • Polares Yin-Yang-Denken • Gestaltden-</i> <i>ken • Prozessdenken • Mit Chancen und Risiken umgehen •</i> <i>In Memen denken</i>	
Verhaltensprinzipien .....	55
<i>Energie sparen • Das Maximierungsprinzip • Wechselseitig-</i> <i>keit und Fairness verbinden • Knappheit wertet auf • Konsis-</i> <i>tenz baut Barrieren ab • Timing hebt zeitlich aus • Mimi-</i> <i>kry täuscht vor • Gruppendynamik und soziale Bewährtheit</i>	

## 8 Inhalt

---

<b>4. Wissen anwenden</b> . . . . .	<b>99</b>
Die 5 Manipulationskategorien . . . . .	99
1. Bild von Bezugswelt oder diese selbst ändern . . . . .	100
<i>durch Eingriffe, Schleichwerbung, Assoziieren, Virtualität, Dogmen</i>	
2. Einstellung und Stimmung beeinflussen . . . . .	103
<i>durch Leitbilder, mediales Konditionieren, mit erstem Eindruck, Betroffenheit ist erregungsabhängig</i>	
3. Des-informieren, Wahrnehmung täuschen . . . . .	106
<i>Drei prinzipielle Möglichkeiten, was ist unlauter? Mogelpackung, Mogelimage, digitales Verfälschen, Weiße und schwarze Propaganda</i>	
4. Automatismen antriggern . . . . .	110
<i>Wie es zu Klick-Surr-Automatismen kommt, Repertoire-Übersicht, Cialdinis Trigger; Einklink-Schrittfolge</i>	
5. Marionettisieren/epidemisieren . . . . .	115
<i>Affektiv eskalieren lassen, konstruktive und destruktive Selbstläufer; Eskalations-Spirale und Eskalations-Kaskade; Showgeschäft; vergleichende Werbung; Kampagnen, Skandale; Abwehr; manipulierendes Führen; abhängig machen ohne und mit Drogen; Suchtbestärkung; Prävention, Kinder immunisieren (Rauchen, Magersucht); sich wehren</i>	
Codieren und Gestalten . . . . .	128
Verbales Gestalten und Musik . . . . .	129
<i>Wortwahl, kommunikative Funktionen, destruktives Verbalmanipulieren, lenkende Fragen, verbale Mogelpackung, Sprach-Realismus</i>	
Mit Zahlen täuschen . . . . .	134
<i>Krumme Preise, 9er Masche; Statistik- und Wahrscheinlichkeits-Angaben manipulieren; Lebenshaltungskosten</i>	
Psychologische Farbgestaltung . . . . .	137
Körpersprache . . . . .	139
Mit Gerüchen manipulieren . . . . .	141
Digital perfektioniertes Manipulieren . . . . .	142

<b>5. Kompetent werden</b> .....	<b>145</b>
<i>12-Fragen-Filter • Probleme mit Einweg-Information</i>	
Umgang mit Medien .....	146
<i>Sammelbegriff • Neue und Massenmedien • Inszenierte Wirklichkeit • Angstlust und Gewalttätigkeit • Warum Massenmedien manipulieren müssen: Arbeitsbedingungen, Macht der Scheinwerferfunktion, Selbstbild, Medien werden selbst manipuliert, Vermarktungs-Allianzen. Warum sich schlechte Nachrichten gut verkaufen • Meinungsfreiheit • Sauberer Journalismus • Fake-Journalisten • Boulevard-Pressen • Kampagnen • Talkshows • Der berufsspezifische Stress • Prominenz ist medial aufgebaut • Miet-Image • Wie sich Kompetenzlücken der Medien empfänger erkennen und schließen lassen</i>	
Umgang mit politischer Manipulation .....	159
Lobbying .....	160
<i>Manipuliert Gesetzgebung • Arten • Vier Macht-Ebenen • Glaubwürdigkeitsprobleme • Mehrheitsbeschaffung</i>	
PSYchological OPERations .....	162
<i>Saddams Psychoarsenal • Manipulationszuweisung an Diplomatie, Politik und Kriegsführung • Terroristen suchen Medienresonanz • PSYOPs in der Wirtschaft: Sicherheit und Datenschutz, New Economy • Drei Selbstschutz-Gebote</i>	
<b>6. Manipulative Praxis</b> .....	<b>167</b>
Stolpersteine .....	167
Beim Einklinken .....	167
<i>Aufmerksamkeit durch Show und Geschmacklosigkeit, Betroffenheit durch Triebaktivierung, Glaubwürdigkeit durch Fälschen und Konditionieren</i>	
Bei Machern .....	173
Geschlechtsspezifisches Manipulieren .....	175
Sport als Identifikationsmanipulator .....	177
Stolpersteine im Internet .....	178
Attraktiver als die Konkurrenz .....	183
<i>Was in gesättigten Märkten wachsen lässt: Win-win-„Verdienen durch Dienen“; Einklinken zur Kundenbindung • Verkaufsgespräch • Vermarkten ohne persönlichen Kontakt</i>	

Manipulierter Ernährungsstil . . . . .	192
<i>Virtuelle Eigenschaften • Über-, Unter- und Fehl-Ernährung</i>	
<i>• Kinder immunisieren • Lehren aus dem Glykol-Skandal</i>	
Abhängig machen, Schutz aushebeln . . . . .	197
<i>Süchtig zu machen lohnt, besonders bei Jugendlichen • Entschärfte Computerspiele re-manipulieren • Gesellschaftlich gebilligte Suchtarten • Wie der Kommerz Jugendliche zu Alkohol und Rauchen verführt • Warum Drogen süchtig machen • Kaufsucht • Handy und Kreditvergabe als Schuldenfallen für Jugendliche</i>	
Feuilletonistisch angemerkt . . . . .	204
So wird mit Kunst manipuliert . . . . .	204
Weinkennerschaft adelt manipulativ . . . . .	208
<b>7. Vorbeugen und abwehren . . . . .</b>	<b>211</b>
Kultureller Schutz . . . . .	211
Rechtswesen . . . . .	211
<i>UWG, LMBG, Medien- und Jugendschutz • Rauchen, Alkohol • Selbstkontrollen • Präventive Aufklärung</i>	
Erziehungswesen . . . . .	217
<i>Klasse 2000 • SB-Einkauf • Verletzbare Pubertät • Reflektieren zu Konsum-Kompetenz</i>	
Individueller Selbstschutz . . . . .	220
Die 5 Manipulationskategorien . . . . .	220
Eckpunkte manipulativer Kompetenz . . . . .	233
<b>8. Mehr durch weniger . . . . .</b>	<b>237</b>
<b>Literaturverzeichnis . . . . .</b>	<b>241</b>
<b>Stichwortverzeichnis . . . . .</b>	<b>245</b>
<b>Der Autor . . . . .</b>	<b>256</b>