OBSAH

Předmluva 5

ČÁST PRVNÍ

Komu je tato kniha určena a kdo jsou příliš hodní 13
Zrádné motivační citáty 18
Příliš hodní vs. sobci 20
Proč není dobré být příliš hodný 27
Emoce a maska 35

ČÁST DRUHÁ

Autenticita a zrození příliš hodného 43
Trpělivost 56
Intuice v bolestivých situacích 73
Umění odejít z komfortní zóny 77
Sebeúcta 87
Slušnost 94
Hranice 99
Svoboda a pravidla 106
Splněná očekávání 115
Umění odmítnout 119
Umění konfliktu 122

ČÁST TŘETÍ

Zrcadlo, zrcadlo, kdo je na světě nejdůležitější? 139
Co se stane, až přestanu být příliš hodným člověkem? 144
Umění odejít 156