

Inhoud

Woord vooraf	7
1 Het is moeilijk <i>nee</i> te zeggen	9
2 De kracht van het <i>nee</i>	25
3 <i>Nee</i> en zelfbescherming	41
4 Ethiek en gevolgen van het <i>nee</i> -zeggen	61
5 <i>Nee</i> zeggen	77
6 Zeg geen <i>misschien</i> meer	103
7 <i>Ja</i> zeggen	119
8 Oefenen in beslissen	129
9 Meer oefeningen om <i>nee</i> te zeggen	147
10 Aan uw beslissing vasthouden	163
11 Vijftig mantra's van het <i>nee</i> -zeggen	167
Bijlage A: Dankbetuigingen	173
Bijlage B: Power van Nee-zelfbeoordeling en POWER-oefeningen voor gevorderden	177
Bijlage C: Longlist van <i>nee</i> -uitdrukkingen	183
Bijlage D: Bronnen en literatuur	191