

SPIS TREŚCI



“Pieprzyć to - Jak przestać spełniać cudze oczekiwania a zacząć własne”

Dostępna tutaj:

<https://akumata.pl/sklep/pieprzyc-to-alexandra-reinwarth/>

Wprowadzenie

Dlaczego tak trudno powiedzieć: “Pieprzę to!” i żyć po swojemu?

1. Zaczynij od siebie

Pieprzyć figurę
Pieprzyć makijaż
Pieprzyć pracę nad sobą
Pieprzyć “rzeczy”

2. Przyjaciele, znajomi i nieznajomi

Nieznajomi
Znajomi
Przyjaciele

3. Rodzina

Przesłuchania ciotki Marty
Teściowa
Prezenty i pamiątki rodzinne
Tego wujka nie zapraszamy
Religia i polityka
Jedzenie
Rodzinne tradycje
Zawiedzione oczekiwania rodziców

4. Praca

Burza mózgów
Prezenty
Nie bierz wszystkiego do siebie

Przysługi

After work

Nie wypruwaj sobie żył

Poczucie winy

Pozwól innym pracować

5. Rodzice i dzieci

Pieprzyć dobre rady

Pieprzyć dobry gust

Pieprzyć normy

Pieprzyć plany

Pieprzyć innych rodziców

Pieprzyć opinię bezdzielnych przyjaciół

6. Miłość

Pieprzyć domysły

Pieprzyć wzajemne zrozumienie

Pieprzyć ideały

Pieprzyć inne opcje

Pieprzyć wspólne pasje

Pieprzyć przywary ukochanego

Dwa słowa na zakończenie