

Myśl w stronę rozwoju Otaczająca nas rzeczywistość ewoluuje. Wiedza i technologia dają nowe możliwości i podpowiadają rozwiązania, o jakich nam się wcześniej nie śniło. Korzysta z nich jednak ułamek społeczeństwa — ludzie kreatywni i nastawieni na rozwój. Tylko oni wciąż na nowo adaptują się, uczą i zdobywają zawodowe oraz życiowe szczyty. W tym samym czasie reszta porzuca marzenia, buntuje się przeciwko światu i zachodzącym zmianom, staje się tłem dla gwiazd. Mimo równych szans na początku drogi jedni wygrywają, inni się poddają. Dlaczego? Odpowiedź tkwi w sposobie myślenia. Ludzie lubiący stabilność, nastawieni na trwanie, woleliby niczego nie zmieniać w sobie i swoim otoczeniu. Ludzie ukierunkowani na rozwój są otwarci na zmiany i gotowi podejmować ryzykowne decyzje. Jeśli brakuje im niezbędnych narzędzi, skupiają się na ich zdobyciu. Nigdy nie osiadają na laurach. Dołącz do nich! Poświęć kilka godzin i przeczytaj przewodnik po samodoskonaleniu i rozwoju własnych umiejętności. Stworzyło go samo życie. Brian Tracy i Sebastian Kotow spisali i usystematyzowali wiedzę, dzięki której także Ty masz szansę znaleźć się wśród ludzi nastawionych na zmianę, która doprowadzi Cię do sukcesu.

Wstęp (7)

Rozdział 1.

Osobiste planowanie strategiczne (9)

Zwrot z zainwestowanej energii (11)

Osobista dźwignia (15)

Audyt efektywności (21)

Skuteczna promocja (29)

Materiały dodatkowe (41)

Rozdział 2.

Przyszłość należy do ludzi kompetentnych (43)

4R - odpowiedź na zmiany (46)

Percepcja rynku (52)

Pozytywne nastawienie (60)

Materiały dodatkowe (64)

Rozdział 3.

Krzyżowy trening umysłu (65)

Twoje mocne strony pchają Cię naprzód, a słabości Cię wstrzymują (69)

Martwy punkt (75)

Paradygmaty ograniczeń (84)

Czytelnik na całe życie (88)

Materiały dodatkowe (89)

Rozdział 4.

Formuła $T \times R = P$ (91)

Etos, pathos i logos (92)

Wiedza (98) Wyniki (100)

Emocje są zaraźliwe (100)

Władza (111)

Rozdział 5.

Dlaczego nie robimy tego, co powinniśmy robić? (115)

Zasada korytarza (121)

Wycuczona bezradność (124)

Samodyscyplina w działaniu (127)

Siła woli (129)

Dlaczego nie robimy tego, co powinniśmy robić? (133)

Trzy sposoby na radzenie sobie z prokrastynacją (136)

Pokonać akrażę (139)

Nie ma prawdziwej wolności bez samodyscypliny (140)

Rozczarowanie jest nieuniknione (141)

Sukces jest zawsze o krok dalej niż porażka (143)

Przydatne strony (145)