

Saturs

Ievads. KĀ IZPRAST ZEMAPZIŅAS SPĒKU	7
I daļa. KĀ IZKOPT PERSONISKĀS ĪPAŠĪBAS, KAS NODROŠINA VEIKSMĪGU KARJERU	15
1. nodaļa. Kā noteikt un sasniegt mērķus	17
2. nodaļa. Kā attīstīt pašapziņu un pašvērtību	28
3. nodaļa. Kā kļūt par pozitīvu domātāju	39
4. nodaļa. Kā apgūt pievilksanas likumu	49
5. nodaļa. Kā kļūt par lielāku entuziastu	59
6. nodaļa. Kā attīstīt izturību un spēju pielāgoties	66
7. nodaļa. Kā pārvarēt raizes un stresu	77
8. nodaļa. Kā uzveikt bailes	87
9. nodaļa. Kā attīstīt radošās spējas	97
10. nodaļa. Kā lauzt sliktus ieradumus	109
II daļa. KĀ PANĀKT CITU CILVĒKU SADARBĪBU UN ATBALSTU	121
11. nodaļa. Kā kļūt par lideri	123
12. nodaļa. Kā izveidot dinamisku komandu	136
13. nodaļa. Kā izteikt patiesu atzinību	147
14. nodaļa. Kā nodrošināt efektīvu komunikāciju	158
15. nodaļa. Kā izturēties pret smaga rakstura cilvēkiem	170
16. nodaļa. Kā pārvaldīt laiku	182
17. nodaļa. Kā pārdot idejas	192
18. nodaļa. Kā veidot karjeru	203