

SPIS TREŚCI

Przedmowa	9
Wprowadzenie. Jak odnaleźć w sobie nieustrasżoność	13
Moja historia. O tym, jak porzuciłam zwyczajne życie	19

Część I. Zrób Wielki Zakład

Rozdział 1. Zaczynij w miejscu, w którym się znajdujesz	29
Rozdział 2. Bądź śmiały	45
Rozdział 3. Przebijaj się przez stereotypy	55
Rozdział 4. Patrz dalej niż inni	65
Rozdział 5. A teraz Twoja kolej: zrób własny Wielki Zakład	71

Część II. Bądź odważny, podejmuj ryzyko

Rozdział 6. Uświadom sobie niezadowolenie	77
Rozdział 7. Traktuj ryzyko jak dziedzinę nauki i rozwoju	85
Rozdział 8. Podchwyc wątek tam, gdzie inni go porzucili	93
Rozdział 9. Ryzykuj albo żałuj	101
Rozdział 10. A teraz Twoja kolej: znajdź swoją „strefę odwagi”	109

Część III. Wyciągaj wnioski z poniesionych porażek

Rozdział 11. Rozbijaj się i ucz	115
Rozdział 12. Przegrywaj śladami gigantów	123
Rozdział 13. Pokonuj przeciwności losu	131
Rozdział 14. Przyjmuj długofalową perspektywę	137
Rozdział 15. A teraz Twoja kolej: ucz się na błędach	145

Część IV. Opuść swoją strefę komfortu

Rozdział 16. Eliminuj martwe pola	149
Rozdział 17. Twórz nieoczekiwane sojusze	157
Rozdział 18. Razem jest różniej	167
Rozdział 19. Czerp ze współpracy z myślą o rozwoju	179
Rozdział 20. A teraz Twoja kolej: opuszczaj własną strefę komfortu... codziennie	187

Część V. Pozwól pilności potrzeby pokonać strach

Rozdział 21. Chwytaj chwilę	191
Rozdział 22. Bądź osobą pierwszego reagowania	197
Rozdział 23. Nie przesadzaj z przemyśleniami i analizami. Działaj	205
Rozdział 24. A teraz Twoja kolej: bądź tym kimś	215
Przypisy końcowe	219
Zakończenie. O tym, jak powróciłam do źródeł zwyczajnego życia	233
Podziękowania	237
O autorce	247