

Spis treści

Wstęp

— 5 —

KROK 1.

Postrzegaj siebie pozytywnie

— 7 —

KROK 2.

Wyznaczaj i osiągnij realne cele

— 27 —

KROK 3.

Traktuj innych dobrze

— 45 —

KROK 4.

Stań się dobrym rozmówcą

— 65 —

KROK 5.

Przemawiaj publicznie z pewnością siebie i przekonaniem

— 91 —

KROK 6.

Utrzymuj dobre relacje

— 111 —

KROK 7.

Pokonaj zmartwienia i strach

— 135 —

KROK 8.

Stań się prawdziwym liderem

— 153 —

KROK 9.

Pomagaj innym odnosić sukcesy

— 177 —

KROK 10.

Żyj harmonijnie

— 201 —

DODATEK A

— 227 —

DODATEK B

— 229 —