

# Spis treści

|                   |                                                         |     |
|-------------------|---------------------------------------------------------|-----|
| Powitanie         |                                                         | 11  |
| Rozdział 1        | <b>Mózg na Tak: Wprowadzenie</b>                        | 13  |
| Rozdział 2        | <b>Zrównoważony Mózg na Tak</b>                         | 40  |
| Rozdział 3        | <b>Odporny psychicznie Mózg na Tak</b>                  | 93  |
| Rozdział 4        | <b>Wnikliwy Mózg na Tak</b>                             | 125 |
| Rozdział 5        | <b>Empatyczny Mózg na Tak</b>                           | 158 |
| Podsumowanie      | <b>Nowa idea sukcesu z perspektywy<br/>Mózgu na Tak</b> | 191 |
| Podziękowania     |                                                         | 210 |
| Kartka na lodówkę |                                                         | 214 |
| O autorach        |                                                         | 217 |