

SPIS TREŚCI

WSTĘP	7
ROZDZIAŁ PIERWSZY	
Radzenie sobie ze złymi emocjami	12
ROZDZIAŁ DRUGI	
Ty przeciw sobie	20
ROZDZIAŁ TRZECI	
"Gdybym był tobą..."	26
ROZDZIAŁ CZWARTY	
Nadchodzą zmiany	34
ROZDZIAŁ PIĄTY	
Decyzje, decyzje...	42
ROZDZIAŁ SZÓSTY	
Rzeczy niemożliwe zajmą trochę czasu	48
ROZDZIAŁ SIÓDMY	
Zrobić i mieć wszystko	52
ROZDZIAŁ ÓSMY	
Cztery testy	58
ROZDZIAŁ DZIEWIĄTY	
Krytyka konstruktywna i krytyka destruktywna	66
ROZDZIAŁ DZIESIĄTY	
Szczęście to ...	70
ROZDZIAŁ JEDENASTY	
Inwentarz osobowości - gdzie jestem? dokąd zmierzam?	78
KONKLUZJA	92