

SPIS TREŚCI

9 Rozdział 1

Trzy zaskakujące zasady związane ze zmianą

33 WSKAŻ DROGĘ JEŹDŹCOWI

35 Rozdział 2

Znajdź jasne punkty

56 Rozdział 3

Zaplanuj najważniejsze działania

79 Rozdział 4

Wyznacz cel

105 ZMOTYWUJ SŁONIA

107 Rozdział 5

Znajdź emocje

130 Rozdział 6

Zmniejsz zmianę

153 Rozdział 7
Wzmocnij ludzi

181 WYRÓWNAJ ŚCIEŻKĘ

183 Rozdział 8
Ulepsz otoczenie

207 Rozdział 9
Buduj nawyki

228 Rozdział 10
Zbierz stado

253 Rozdział 11
Utrwal zmianę

263 Jak dokonać zmiany

265 Pokonywanie przeszkód

269 Dalsze działania

271 Polecane lektury

273 Uwagi

291 Podziękowania

Proste reguły, które zmieniają twoje życie

Pstryk to poradnik o tym, jak zmieniać.

Bez względu na to, czy zamierzasz tylko uporządkować biurko, czy zmienić świat.

Nie wahaj się, to łatwe.

Pstryk i już.

Z książki dowiesz się:

Jak dzięki sześciu prostym zasadom jeden lekarz uratował życie stu tysięcy pacjentów.

Jak grupę nierozgarniętych pierwszaków zmieniono w klasę bystrych uczniów.

Jak stos rękawic roboczych pomógł w zaoszczędzeniu tysięcy dolarów.

I co najważniejsze – jak zmienić swoje życie.

Bracia Chip i Dan Heath to konsultanci, trenerzy i autorzy bestsellerowych książek, które przetłumaczono na blisko 30 języków. Doradzali takim firmom jak Microsoft czy Nike. A teraz doradzają nam, jak z powodzeniem dokonywać zmian w naszym domu, w pracy i w życiu.

Pstryk stał się wielkim sukcesem, bo działa!