

Spis treści

13 Wstęp

homo agilis.

- 23 Poukładaj się od środka
- 27 Włóż odpowiedni strój na ucztę
- 31 Osiągnij radykalną otwartość umysłu
- 37 Zacznij od jednego kroku
- 39 Oswój się z tym, że jesteś nieustalony
- 41 Poszukaj swojej adekwatnej biografii
- 45 Poszukaj swojej religii
- 49 Bądź pokorny

myślenie.

- 55 Nie dąż do równowagi
- 59 Wyrzeknij się samego siebie
- 63 Nie chodź na skróty
- 65 Sprawdzaj wiarygodność mapy
- 69 Nanoś poprawki (często)
- 73 Zacznij od trzech prostych, ale mocnych pytań
- 77 Nie bój się sprzeczności

wartości.

- 85 Poczuj się komfortowo ze swoim dyskomfortem
- 93 Myślenie z wnętrza metafory
- 95 Zamień wartości na działania
- 97 Pamiętaj, że wartości są wyborem i nie musisz ich uzasadniać
- 101 Nie myl wartości z celami
- 103 Wyznaczaj cele na podstawie wartości
- 107 Trzymaj się swoich celów – ale nie sztywno
- 113 Miej stały kontakt ze swoimi wartościami
- 117 Uważaj na ciemną stronę wartości
- 121 Działaj w zgodzie ze swoimi wartościami
- 125 Wracaj przez całe życie
- 129 Pomyśl, czy to takie ważne
- 131 Regularnie przeglądaj siebie

sens.

- 137 Bądź sobą
- 141 Nie daj się pustce
- 143 Znajdź swoje „po co”
- 149 Spotkaj się z konkretnym życiem
- 151 Podejmij zobowiązanie
- 153 Decyduj – na dobre i na złe

uwaga.

- 159 Odklej się od swoich myśli
- 163 Obserwuj, że obserwujesz
- 169 Wypoczywaj dośrodkowo
- 173 Wyjdź na pustynię
- 177 Stwórz sobie wyspy nicnierobienia
- 181 Otwieraj się na *kairos*
- 185 Wygoń lęk z organizacji
- 187 Wyłącz przełącznik walki
- 193 Weź w ramiona wilka

zmiana.

- 199 Ucz się, oduczaj, a następnie naucz na nowo
- 203 Nie stosuj rozwiązań technicznych do wyzwań adaptacyjnych
- 209 Nie bądź niewolnikiem własnych teorii
- 215 Zadbaj o środowisko sprzyjające wzrostowi
- 217 Bądź odważna
- 221 Poczuj moc Łucznika
- 227 Wykop nowy dołek dla twojej kulki zmiany
- 233 Jaka jest twoja odporność na zmianę?
- 237 Czytaj książki

inni.

- 243 Pamiętaj, że przewodzisz dzięki innym
- 247 Bądź liderem, który kocha ludzi
- 249 Słuchaj, co do ciebie mówią
- 253 Uszanuj ich odrębność
- 255 Nie wpadaj w pułapkę przeniesienia
- 261 Hamuj rozwój narcyzów w firmie
- 265 Zamknij usta, kiedy przewodzisz
- 267 Bądź gościnny dla swojego zespołu
- 271 Okaz ludziom bezwarunkowy szacunek
- 275 Nie bój się, że nie będą chcieli się rozwijać
- 277 Jaki obraz lidera nosisz w głowie?
- 281 Zamilcz, jeśli chcesz kogoś zmotywować!

na koniec.

- 287 Otwórz się na doświadczanie
- 291 Zamiast podziękowań
- 293 Przypisy
- 299 Bibliografia