

Оглавление

<i>Лев Хасис. Предисловие к русскому изданию</i>	9
Зачем читать эту книгу?	13
Часть I	
Проблемы успеха	15
Глава 1 Вы находитесь здесь	17
Глава 2 Ну, хватит о вас	27
Глава 3 Обольщение успехом, или Почему мы противимся переменам .	33
<i>Убеждение 1: Я добился успеха</i>	35
<i>Убеждение 2: Я могу добиться успеха</i>	37
<i>Убеждение 3: Я добьюсь успеха</i>	39
<i>Убеждение 4: Я выбираю успех</i>	41
<i>Почему успех делает нас суеверными</i>	43
<i>Все мы повинемся естественному закону</i>	47
Часть II	
Двадцать привычек, мешающих вам на пути к вершине	53
Глава 4 Двадцать вредных привычек	55
<i>Знать, где остановиться</i>	55
<i>Переход на нейтральную позицию</i>	58
<i>Что с нами не так?</i>	59
<i>Чем выше вы поднимаетесь, тем более поведенческими</i> <i>становятся ваши проблемы</i>	63
<i>Два предупреждения</i>	65
<i>Привычка № 1: чрезмерное стремление к победе</i>	66
<i>Привычка № 2: чрезмерное желание внести свой вклад</i> ..	69

Привычка № 3: стремление выносить оценку	71
Привычка № 4: склонность к деструктивным высказываниям	75
Привычка № 5: позиция сопротивления — «нет», «но», «тем не менее»	79
Привычка № 6: превознесение своего ума	81
Привычка № 7: гнев как средство управления	84
Привычка № 8: негативизм, или «Дайте мне объяснить, почему это не будет работать»	87
Привычка № 9: сокрытие информации	90
Привычка № 10: неумение воздавать по достоинству	94
Привычка № 11: приписывание себе чужих заслуг	95
Привычка № 12: склонность к самооправданию	98
Привычка № 13: ссылки на прошлое	102
Привычка № 14: покровительство любимчикам	104
Привычка № 15: неготовность выразить сожаление	106
Привычка № 16: невнимание	110
Привычка № 17: неблагодарность	112
Привычка № 18: «наказание вестника»	115
Привычка № 19: перекладывание ответственности	117
Привычка № 20: чрезмерное желание оставаться «самим собой»	120
Главаб Привычка №21: одержимость целью	123

Часть III

О том, как измениться к лучшему	129
<i>Переведите дух</i>	131
Главаб Обратная связь	135
<i>Краткая история</i>	135
<i>Четыре обязательства</i>	137
<i>Чего нельзя: сначала просить обратную связь, а потом настаивать на своем мнении</i>	142
<i>Основы обратной связи: как наладить ее самостоятельно ...</i>	143

	<i>Обратная связь по запросу, или Умение просить</i>	145
	<i>Спонтанная (без запроса) обратная связь, или Эффект неожиданности</i>	147
	<i>Обсервационная обратная связь, или Новый взгляд на себя</i>	151
Глава 7	Извинение	163
	<i>Волшебное средство</i>	163
	<i>Искусство извиняться</i>	168
Глава 8	Заявление о намерениях и «рекламная кампания»	171
	<i>Не забудьте о фазе покоя</i>	172
	<i>Сам себе пресс-секретарь.....</i>	174
Глава 9	Умение слушать	177
	<i>Сначала думайте, потом говорите</i>	177
	<i>Слушать с уважением</i>	178
	<i>Спросите себя: «Стоит ли это делать?»</i>	179
	<i>Где проходит грань между хорошим и очень хорошим</i>	182
Глава 10	Умение благодарить.....	189
	<i>Почему благодарность приносит плоды</i>	189
	<i>Поставьте себе пять с плюсом за умение благодарить ..</i>	190
Глава 11	Последующее отслеживание (follow-up)	193
	<i>Без отслеживания у вас ничего не выйдет</i>	193
	<i>Почему отслеживание работает</i>	195
	<i>Моя ежевечерняя контрольная рутина</i>	199
Глава 12	Упреждающая связь в действии	203
	<i>Мы находимся здесь</i>	203
	<i>Оставьте все на берегу</i>	209
Часть IV		
	Знать, где остановиться	211
Глава 13	Правила перемен	213
	<i>Правило 1. Проверьте: у вас, возможно, нет болезни, которую нужно лечить корректировкой поведения</i>	215

<i>Правило 2. Правильно выберите объект перемен.....</i>	218
<i>Правило 3. Не обманывайте себя относительно того, что вы действительно должны изменить</i>	221
<i>Правило 4. Не прячьтесь от правды, которую вы должны знать</i>	225
<i>Правило 5. Идеального поведения не бывает.....</i>	227
<i>Правило 6. То, что поддается измерению, достижимо ...</i>	229
<i>Правило 7. Переведите результат в денежное выражение — и найдете решение</i>	232
<i>Правило 8. Лучшее время для перемен — сейчас</i>	233
Глава 14 <i>О самые проблемы руководителей</i>	235
<i>Памятка персоналу: как вести себя со мной</i>	235
<i>Не позволяйте вашим людям перегружать вас.....</i>	240
<i>Перестаньте действовать так, словно у вас в подчинении — вы сами</i>	243
<i>Прекратите «ставить галочки»</i>	247
<i>Избавьтесь от предрассудков в отношении своих сотрудников ..</i>	250
<i>Прекратите наставлять тех, кого наставлять бесполезно</i>	257
Эпилог <i>Сейчас вы здесь</i>	261
Приложение	265
<i>Международный опросный лист по лидерским качествам</i>	265
Благодарности	271