

# SPIS TREŚCI

## WSTĘP | 5

### ROZDZIAŁ 1. DWA NASTAWIENIA | 9

<i>Dlaczego ludzie się różnią?</i> .....	10
<i>Co to wszystko oznacza dla Ciebie?</i> <i>Dwa nastawienia</i> .....	12
<i>Spojrzenie przez pryzmat dwóch nastawień</i> .....	14
<i>To chyba nic nowego?</i> .....	16
<i>Samopoznanie: kto ma trafne wyobrażenie</i> <i>o własnych zaletach i słabościach?</i> .....	18
<i>Co przyniesie przyszłość</i> .....	18

### ROZDZIAŁ 2. NASTAWIENIA OD PODSZEWKI | 22

<i>Czy sukces polega na zdobywaniu wiedzy,</i> <i>czy też udowadnianiu swojej inteligencji?</i> .....	23
<i>Nastawienie zmienia definicję porażki</i> .....	41
<i>Nastawienie a wysiłek</i> .....	49
<i>Pytania i odpowiedzi</i> .....	54

### ROZDZIAŁ 3. PRAWDA O UMIEJĘTNOŚCIACH I OSIĄGNIĘCIACH | 66

<i>Nastawienie a wyniki w nauce</i> .....	68
<i>Czy talent artystyczny to dar?</i> .....	79

<i>Niebezpieczeństwo, jakie niosą ze sobą pochwały i pozytywne etykiety</i> .....	82
<i>Negatywne etykiety i ich oddziaływanie</i> .....	86

**ROZDZIAŁ 4. SPORT: NASTAWIENIE CZYNI MISTRZA | 95**

<i>Koncepcja „wrodzonych” zdolności</i> .....	97
<i>„Charakter”</i> .....	105
<i>Czym jest sukces?</i> .....	113
<i>Czym jest porażka?</i> .....	114
<i>Przejąć kontrolę nad sukcesem</i> .....	116
<i>Co to znaczy być gwiazdą?</i> .....	118
<i>Usłyszeć nastawienie</i> .....	121

**ROZDZIAŁ 5. BIZNES: NASTAWIENIE NA PRZYWÓDZTWO | 125**

<i>Enron i obsesją talentu</i> .....	125
<i>Firmy, które się rozwijają</i> .....	127
<i>Studium wpływu nastawienia na decyzje kierownicze</i> .....	128
<i>Przywództwo a nastawienie na trwałość</i> .....	129
<i>Liderzy z nastawieniem na trwałość w działaniu</i> .....	132
<i>Liderzy z nastawieniem na rozwój w działaniu</i> .....	143
<i>Studium procesów grupowych</i> .....	154
<i>„Myślenie grupowe” a myślenie samodzielne</i> .....	155
<i>Pokolenie dzieci wychwalanych idzie do pracy</i> .....	157
<i>Czy negocjatorem trzeba się urodzić?</i> .....	158
<i>Szkolenia pracownicze:</i>	
<i>czy menedżerem trzeba się urodzić?</i> .....	160
<i>Czy liderem trzeba się urodzić?</i> .....	163
<i>Nastawienie przedsiębiorstwa</i> .....	164

**ROZDZIAŁ 6. ZWIĄZKI: JAK NASTAWIENIA SIĘ ZAKOCHUJĄ  
(I ODKOCHUJĄ) | 169**

<i>Ze związkami jest inaczej</i> .....	172
<i>Nastawieni na miłość</i> .....	173
<i>Partner jako wróg</i> .....	182
<i>Rywalizacja: kto z nas jest lepszy?</i> .....	184
<i>Jak się rozwijać w związku</i> .....	185
<i>Przyjaźń</i> .....	186
<i>Nieśmiałość</i> .....	189
<i>Prześladowania w szkole i jego ofiary:</i>	
<i>raz jeszcze zemsta</i> .....	192

**ROZDZIAŁ 7. RODZICE, NAUCZYCIELE I TRENERZY:****SKĄD SIĘ BIERZE NASTAWIENIE? | 200***Rodzice (i nauczyciele):**przesłania odnoszące się do sukcesu i porażki ..... 201**Nauczyciele (i rodzice): co sprawia,**że są dobrzy w tym, co robią? ..... 221**Trenerzy: wygrana dzięki nastawieniu ..... 231**Fałszywe nastawienie na rozwój ..... 240**Nasze dziedzictwo ..... 248***ROZDZIAŁ 8. ZMIANA NASTAWIENIA | 250***Natura zmian ..... 250**Wykłady z nastawienia ..... 253**Warsztaty z nastawienia ..... 256**„Mózgologia” ..... 259**Więcej o zmianach ..... 261**Otwieramy się na rozwój ..... 264**Ludzie, którzy nie chcą się zmienić ..... 268**Jak zmienić nastawienie u dziecka ..... 272**Nastawienie a siła woli ..... 277**Utrzymywanie nowego stanu rzeczy ..... 281**Podróż ku (prawdziwemu) nastawieniu na rozwój ..... 283**Droga ku przyszłości ..... 292***PRZYPISY | 293****KSIĄŻKI POLECANE | 314****BIOGRAFIA AUTORKI | 316**