

SPIS TREŚCI

Wstęp.	Jak działa nauka	7
--------	------------------	---

Część I Obserwacja. Ucz się od innych

Rozdział 1.	Rozwiązania problemu trzeba szukać	37
Rozdział 2.	Kreatywność zaczyna się od naśladowania	62
Rozdział 3.	Sukces jest najlepszym nauczycielem	89
Rozdział 4.	Wraz z doświadczeniem wiedza staje się niewidoczna	115

Część II Działanie. Nauka praktyczna

Rozdział 5.	Złoty środek poziomu trudności	141
Rozdział 6.	Umysł nie jest mięśniem	163
Rozdział 7.	Zmienność ponad powtarzaniem	187
Rozdział 8.	Jakość bierze się z ilości	212

Część III Odzew. Uczenie się poprzez doświadczenie

Rozdział 9. Doświadczenie nie gwarantuje niezawodności	243
Rozdział 10. Praktyka musi sprostać rzeczywistości	270
Rozdział 11. Rozwój nie jest linią prostą	294
Rozdział 12. Lęki znikają wraz z ekspozycją	315
Podsumowanie. Praktyka czyni mistrza	339
Przypisy	357
Bibliografia	372
Podziękowania	397
O autorze	399