

# Obsah

Napsali o knize...	7
Úvod	9
Slovo autora D. C. Gonzaleze	13
1. KAPITOLA Třiminutová lekce	15
2. KAPITOLA O přístupu	19
3. KAPITOLA Jak získat psychickou výhodu	25
4. KAPITOLA Jak jsem se učil létat se stíhačkou námořnictva	29
5. KAPITOLA Jak je důležité věřit si	35
6. KAPITOLA Síla představivosti a sebejistota	41
7. KAPITOLA Rozhodující trojice	45
8. KAPITOLA Mentální bojovník	53
9. KAPITOLA Jak ovládnout hněv	57
10. KAPITOLA Pod palbou	61
11. KAPITOLA O prohře	71
12. KAPITOLA Strach z neúspěchu	77
13. KAPITOLA Jak ovládnout strach	81
14. KAPITOLA Pokles výkonu v kritickém okamžiku pod tlakem	87
15. KAPITOLA Jak si i pod tlakem zachovat klid	91
16. KAPITOLA Vnitřní kritik	99
17. KAPITOLA Příliš intenzivní nasazení	103
18. KAPITOLA Váš sen	105
19. KAPITOLA O cílech	109
20. KAPITOLA Pusťte se do práce	115
21. KAPITOLA Cesta k cíli	119
22. KAPITOLA Jak změnit psychické nastavení	123
23. KAPITOLA Přítomnost	129
24. KAPITOLA Připravujte se na vítězství	133
25. KAPITOLA Jděte pořád dál	137