

# Obsah

<i>Předmluva k českému vydání (Michal Ondráček)</i>	7
<i>Předmluva (Peter Block)</i>	11
Úvod: Na cestě ke svobodné práci	18
<b>1. Lepší cesta ke změně</b>	<b>20</b>
Původ metody Inner Game	21
První Já a Druhé Já	23
Cyklus interferencí	26
Lepší způsob realizace změn	27
Bezpočet neočekávaných aplikací	34
Od sportu k práci	35
Inner Game a Outer Game	36
<b>2. Metoda Inner Game a svět amerického podnikání</b>	<b>37</b>
Odpor vůči změnám v korporacích	44
Pracovní prostředí: tři dialogy	45
Práce v kultuře Ma Bell	50
Inner Game telefonních operátorů	53
Dejme prostor Druhému Já	59
<b>3. Soustředěná pozornost</b>	<b>62</b>
Soustředění Druhému Já	63
První Já a narušení soustředěné pozornosti	64
Tři faktory soustředění Druhému Já	67
Vytváříme „vnitřní prostředí“ pro soustředění	73
<b>4. Soustředěná pozornost v praxi</b>	<b>78</b>
Soustřeďte se na kritické proměnné	83

<b>5. Nová definice práce</b>	<b>101</b>
Záleží na tom, co pro vás znamená slovo práce	101
S jako definicí práce přicházíte do zaměstnání	102
Nová definice práce: cvičení	104
Proč je užitečné změnit dosavadní definici práce?	104
Základní úhelné kameny mé definice práce	109
Vyvažujeme pracovní trojúhelník	130
<b>6. Od konformity k mobilitě</b>	<b>133</b>
Jak se zbavit pout konformity	135
Odlišnosti Prvního Já a Druhého Já	143
EF – manažer a přítel	146
<b>7. STOP</b>	<b>167</b>
Setrvačnost (hybný moment výkonu)	168
STOP: nástroj nástrojů	170
Podívejte se na bitvu z odstupu	170
Neochota používat STOP	178
Kdy používat STOP	179
<b>8. Myslete jako generální ředitel</b>	<b>191</b>
Kdo je nejdůležitější člověk v korporaci	192
<b>9. Koučování</b>	<b>203</b>
Čí je to problém?	203
Transpozice - základní nástroj koučování	208
Koučování jako dialog vedoucí k mobilitě	213
Úloha kouče při aplikaci metody Inner Game	220
Nástroje pro koučování metodou Inner Game	221
Sebekoučování	227
<b>10. Vrozená ctižádost</b>	<b>239</b>
Na počátku všeho je touha	239
Nasloucháme pocíťovaným tužbám	247
Negativní a pozitivní svoboda	253