

Obsah

Úvod	7
<i>Pod tlakem</i>	
1. Úzkost	17
<i>Jak zvládnout a ovládnout chvění v žaludku</i>	
2. Jazyk	47
<i>Droga, která maximálně zvyšuje výkonnost</i>	
3. Jak si zorganizovat učení	87
<i>Hodně nepříjemná pravda</i>	
4. Rovnováha mezi implicitním a explicitním	123
<i>Vrcholek ledovce</i>	
5. Chování	147
<i>Mentální nastavení na něco velkého</i>	
6. Podmínky a prostředí	173
<i>Jak se připravit na to, co se nedá předvídat</i>	
7. Senzorická blokace	199
<i>Jak se řídí letadlo</i>	
8. Myslet správně pod tlakem	221
<i>Pustit se</i>	
Závěr	243
<i>Principy fungování pod tlakem</i>	
 Poděkování	251
Bibliografie	253
O autorovi	255