

# Curpins

Mulțumiri, pag. 5

Introducere, pag. 11

CUM SĂ PROSPERI ÎN VREMURI

AGITATE, pag. 15

CE ESTE NOU? ÎNTREBARE GRE-

ȘITĂ. CONTEAZĂ CEEA CE

FUNCȚIONEAZĂ, pag. 17

FORMAT PRIN PROPRIA EXPERI-

ENȚĂ: CINE SUNT EU?, pag. 19

TOATĂ LUMEA ÎN AUTOBUZ

PENTRU TURUL ORAȘULUI,

pag. 25

DE CE ESTE DEOSEBITĂ ACEAS-

TĂ CARTE, pag. 27

SIMȚUL UMORULUI SE FORMEA-

ZĂ, pag. 31

**prima parte: Schimbarea se întâmplă,**

**pag. 33**

**cap 1: VÂNTUL SCHIMBĂRII ÎȚI POA-**

**TE RĂSTURNA VIAȚA,** pag. 35

**PARADOXUL SCHIMBĂRII: TO-**

**TUL SE SCHIMBĂ ȘI TOTUL SE**

**REPETĂ,** pag. 39

**PROSPERI SAU TE PRĂBUȘEȘTI**

**SUB VÂNTURILE SCHIMBĂRII,**

**pag. 43**

**PREZIC CĂ, ÎN CEA MAI MARE**

**PARTE, LUCRURILE SUNT IM-**

**PREVIZIBILE,** pag. 47

**VIAȚA NU ESTE DREAPTĂ,** pag. 55

**PROFITĂ DE TURBULENȚE PEN-**

**TRU A PROGRESA,** pag. 59

**a doua parte: „Realitatea” vieții, pag. 65**

**cap 2: VERIFICAREA REALITĂȚII,** pag.

**67**

**MECANICA CUANTICĂ: ÎN FOND,**

**CE ESTE LUMEA REALĂ?,** pag. 71

**CÂNTĂ PROPRIA MELODIE,** pag.

**77**

**VIAȚA ESTE O ILUZIE OPTICĂ,**

**pag. 81**

**GĂMA REALITĂȚII: POȚI SĂ A-**

**LEGI CE ESTE MAI BUN SAU CE**

**ESTE MAI RĂU ÎNTR-O PE-**

**RIODĂ DE TIMP,** pag. 85

**a treia parte: Alegeri reale, pag. 93**

**cap 3: TE SCALZI ÎN NEPUTINȚĂ, ÎI**

**URMEZI PE ALȚII SAU CON-**

**DUCI,** pag. 95

**CNÎ: CE NIVEL DE ÎNCADRARE**

**ALEGI?,** pag. 99

**MODELUL CNÎ: LA CE NIVEL**

**FACI ÎNCADRAREA?,** pag. 103

**RECOMPENSE CÂND PREIEI**

**CONDUCEREA,** pag. 109

**PSIHOLOGIA COGNITIVĂ: CUM**

**NE ALEGEM REALITATEA,** pag.

**111**

**STILUL EXPLICATIV: SCAPĂ DE**

**CEI TREI „P” ȘI DE „AR TRE-**

**BUI”,** pag. 117

**PSIHOLOGIA POZITIVĂ ȘI FERI-**

**CIREA,** pag. 121

**DURITATE ȘI REZILIENTĂ: CÂND**

**ESTE BINE SĂ CEDEZI,** pag. 127

**cap 4: ÎNNĂMOLIT: CÂND NE BĂLĂ-**

**CIM ÎN MOCIRLĂ,** pag. 131

**BOLI MORTALE: VIRUSUL VICTI-**

**MIZĂRII ȘI EPIDEMIA DE PESI-**

**MISM,** pag. 137

**TEAMA: ENERGIE ÎNTUNECATĂ**

**DIN PARTEA ÎNTUNECATĂ,**

**pag. 141**

**cap 5: LAMENTĂRI: CELE ZECE**

**TENTANTE,** pag. 147

**5.1: NU SUNT UN LIDER ÎNNĂS-**

**CUT,** pag. 149

**5.2: NU SUNT INVESTIT CU AU-**

**TORITATE,** pag. 153

**5.3: SUNT SUPRAÎNCĂRCAT ȘI**

**MĂ SIMT COPLEȘIT,** pag. 155

**5.4: MĂ FAC CĂ NU VĂD ELANUL**

**DE PE MASĂ,** pag. 159

**5.5: VEȘTILE PROASTE MĂ TRAG**

**ÎN JOS,** pag. 163

**5.6: VREAU SĂ AM MAI MULT,** pag.

**165**

**5.7: SUNT PEA OCUPAT CA SĂ**

**ÎNVĂȚ,** pag. 167

**5.8: NU POT PERMITE ORICUI SĂ**

**ÎMI VADĂ GREȘELILE,** pag. 169

**5.9: PORT ÎN SUFLET MÂNIE ȘI**

**RESENTIMENTE,** pag. 170

**5.10: NU COMUNICĂM BINE,** pag.

**173**

**a patra parte: Preia conducerea dacă**

**vrei să ai succes,** pag. 177

**cap 6: TOȚI AVEM NEVOIE SĂ ȘTIM**

**SĂ CONDUCEM: CONDUCEREA**

**ÎNSEAMNĂ ACȚIUNE ȘI**

**NU FUNCȚIE,** pag. 179

- MAREA MEA AVENTURĂ CU UN RINICHI, pag. 183
- INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ: UN DOMENIU DE AVANGARDĂ, pag. 185
- CADRUL COMPETENȚEI EMOȚIONALE, pag. 191
- cap 7:** A TRĂI ȘI A CONDUCE PENTRU SUCCES, pag. 195
- GÂNDEȘTE-TE LA POSIBILITĂȚI: RĂSPÂNDEȘTE SPERANȚĂ ȘI OPTIMISM, pag. 197
- ÎNCURAJEAZĂ, SPRIJINĂ ȘI AJUTĂ, pag. 199
- REFLECTEAZĂ, REÎNNOIEȘTE ȘI AJUSTEAZĂ OBIECTIVUL PE CARE TE CONCENTREZI, pag. 201
- TREI ÎNTREBĂRI ESENȚIALE PENTRU UN CONDUCĂTOR, pag. 203
- CUM SĂ DEVII MAI ISTET SPORINDU-ȚI INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ, pag. 205
- TRĂIND ÎN ZONA GRI A CONDUCERII, pag. 207
- ÎNGRIJORĂRI STRATEGICE ÎN COMPARAȚIE CU ÎNGRIJORĂRI PESIMISTE, pag. 211
- CONDUCERE CURAJOASĂ: FORTĂREA ZONEI DE CONFORT, pag. 213
- CONDUCEREA PRIN INFLUENȚAREA ȘEFILOR IERARHICI, pag. 215
- STĂPÂNEȘTI SAU TE LAȘI STĂPÂNIT DE TEHNOLOGIE?, pag. 217
- CUM SĂ REVII PE LINIA DE PLUTIRE, pag. 221
- a cincea parte: Pășește într-o nouă realitate, pag. 225**
- cap 8:** ATRACȚIE MAGNETICĂ: FĂ SĂ VIBREZE CÂMPUL TĂU DE FORTĂ, pag. 227
- TEHNICA IMAGINATIVĂ ȘI MAREA AVENTURĂ A RINICHIULUI MEU, pag. 231
- cap 9:** ALINIEREA VALORILOR PERSONALE CU PUNCTELE FORTE ȘI CU SCOPUL, pag. 239
- SENSUL MUNCII TALE, pag. 243
- PUNEREA ÎN VALOARE A PUNCTELOR FORTE, pag. 247
- cap 10:** RESETEAZĂ-ȚI CREIERUL PRIN AFIRMAȚII, REÎNCADRARE ȘI RECUNOȘȚINȚĂ, pag. 253
- AFIRMAȚII POZITIVE: POLIȚIA MINȚII, pag. 255
- REÎNCADRARE: STILUL EXPLICATIV OPTIMIST, pag. 257
- CULTIVĂ-ȚI O ATITUDINE DE RECUNOȘȚINȚĂ, pag. 261
- cap 11:** RECÂȘTIGĂ DREPTUL DE A DISPUNE DE TIMPUL TĂU, RECÂȘTIGĂ DREPTUL DE A DISPUNE DE VIAȚA TA, pag. 265
- GESTIONEAZĂ-ȚI TIMPUL, ÎN CAZ CONTRAR, ALTCINEVA O VA FACE ÎN LOCUL TĂU, pag. 267
- DOMESTICEȘTE BESTIA ELECTRONICĂ, pag. 271
- cap 12:** ÎNCETINEȘTE RITMUL ȘI TRĂIEȘTE ACUM, pag. 275
- FII PREZENT AICI ȘI ACUM, pag. 279
- AI GRIJĂ DE MINTEA TA, DE CORPUL TĂU ȘI DE SPIRITUL TĂU, pag. 281
- LASĂ DE LA TINE: IARTĂ ȘI MERGI MAI DEPARTE, pag. 285
- cap 13:** SPOREȘTE-ȚI CURAJUL, pag. 289
- DISCUȚII DIRECTE CURAJOASE, pag. 293
- CONTRIBUIE POZITIV SAU TACI DIN GURĂ, pag. 297
- cap 14:** INFLUENȚAREA ȘEFILOR: CUM SĂ-L CONDUCI PE ȘEFUL TĂU, pag. 301
- CUM SĂ ÎNTELEGI DE CE ȘEFUL ESTE SLAB, pag. 303
- cap 15:** OBTINE AJUTOR, CONECTEAZĂ-TE CU ALȚII ȘI FII CONVINGĂTOR, pag. 311
- CERE AJUTOR, pag. 315
- ÎNTĂREȘTE-ȚI INFLUENȚA ȘI PUTEREA DE CONVINGERE, pag. 319
- cap 16:** CULTIVĂ-ȚI MINTEA, pag. 323
- CUM MĂ MENȚIN LA CURENT, pag. 329
- În concluzie, pag. 333**
- cap 17:** FII UN EROU DE ACȚIUNE, pag. 335
- TRASAREA CĂLĂTORIEI EROULUI NOSTRU, pag. 337
- OBICEIURI DE CONDUCĂTOR, pag. 341
- SPER CĂ ȚI-A PLĂCUT TURUL DE ORAȘ!, pag. 345
- Note finale, pag. 349
- Despre BusinessTech International, pag. 363
- Final, pag. 368