

Περιεχόμενα

Εισαγωγή	xi
Μέρος 1 Τυρί, φάκες και ειλικρίνεια προς τον εαυτό σας	
Να είστε ειλικρινείς με τον εαυτό σας	2
Ξεχωρίζοντας την ήρα από το σιτάρι	10
Αισθανθείτε καλύτερα για τη δουλειά σας	12
Στρες και εργασία, εργασία και στρες	15
Αποδοχή του τυριού	18
Μέρος 2 Όνειρα	
Τι θα κάνετε;	22
Τι γίνεται αν ζείτε ήδη το όνειρό σας, αλλά έχετε βαρεθεί το τυρί;	26
Πώς θα καταλάβετε αν ήρθε η ώρα να φύγετε;	30
Τι θέλετε να κάνετε όταν μεγαλώσετε;	
Τι θέλετε να γίνετε όταν μεγαλώσετε;	33
Η δημιουργική προσέγγιση για μία δίαιτα χωρίς τυρί	35
Γιορτάστε το – μόλις θεωρηθήκατε πλεονάζον προσωπικό/ σας απέλυσαν/ σας έδιωξαν προσωρινά	37
Πώς περνάμε το χρόνο μας;	40
Τα είδη των ονείρων	42
Μέρος 3 Επικοινωνία	
Πώς θα τα καταφέρετε;	50
Να είστε ειλικρινείς για το ποιο είναι το όνειρό σας	55
Τεστ συμβατότητας	58

Αποχαιρετισμοί	64
Δεν μπορείτε να αποτύχετε, μόνο να παράγετε αποτελέσματα	67

Μέρος 4

Πώς θα τα καταφέρετε;	70
Κάντε έρευνα αγοράς	74
Προγραμματίστε τη δουλειά που θα αγαπάτε	77
Διασυνδέσεις	83
Ελεύθεροι επαγγελματίες	85
Προωθώντας τον εαυτό σας και τις υπηρεσίες σας	90
Αρχίστε τον προγραμματισμό	92
Προγραμματίζοντας την ευτυχία σας	101
Αναζητώντας το δρόμο διαφυγής που θα επιλέξετε	106

Τελευταίο μέρος Ενέργειες

Κάνοντας τα πρώτα βήματα	112
Η ώρα του κοτόπουλου	120
Απόδραση μέρος δεύτερο	122
Περίληψη	124