

INDICE

Prólogo	9
Prefacio	11
Agradecimientos	15
Introducción. Lo Básico de la Firmeza	19
¿Qué es la firmeza?	21
La anatomía de la firmeza	22
La función de la firmeza	33
Por qué es importante	41
El coste de la falta de firmeza	45
Las competencias no internacionales	47
Capítulo 1. Conozca el Conjunto	51
Conozca las piezas del puzzle	53
Coloree las piezas	56
Conecte las piezas	58
Usted está aquí	60
Ejercicios para desarrollare firmeza	62
Capítulo 2. Convierta las Reuniones en Sesiones de Descubrimiento	65
¿Por qué odiamos las reuniones?	67
Una garantía diaria el descubrimiento	69
Organice su asistencia	81
Una pregunta que siempre tendría que hacer	81
Ejercicios para desarrollar firmeza	82
Capítulo 3. Lleve Siempre Consigo un Bloc de notas	85
Estudie sus notas	89
Utilice las notas para definir las piezas del conjunto	91
Utilice las notas para refrescar los recuerdos de los demás	92
Respuestas interesantes: utilícelas una y otras vez	93
Ejercicios para desarrollar firmeza	94
Capítulo 4. Utilice sus Ojos Sabiamente	95
Qué le muestran los ojos	96
La luz	98
Cuando se corren las cortinas	102
Cómo acuerdan y rechazan los ojos	104
Utilice sus ojos como ventana	105
Ejercicios para desarrollar firmeza	107
Capítulo 5. Expandirse y Contraerse; su Pensamiento debe Cambiar	109
Como calentamiento, organice su mente	112
Expandir las piezas del conjunto	114
Es cuestión de tiempo	116
El prisma de acción: cómo focalizar	117
Las técnicas de selección	119
Desechar para una buena salud mental	120
Decidir si o no	121
Ejercicios para desarrollar firmeza	122
Capítulo 6. Asíciense con un propósito	123
Usted es lo que frecuenta	125

Albóndigas progresivas	129
Por qué las asociaciones son automáticas	130
Por que lo bueno es mejor	133
Cómo deshacerse de un hábito	135
Ejercicios para desarrollar firmeza	137
Capítulo 7. Haga de Colombo	139
El arte de formular preguntas	140
Por que el método lo es todo	145
Elija el momento más propicio para hacer preguntas	151
Atreverse a ser directo	153
La caja de las preguntas: Preguntas simples para todas las ocasiones	155
Ejercicios de las preguntas: Preguntas simples para todas las ocasiones	155
Ejercicios para desarrollar firmeza	158
Capítulo 8. Determine las Fuentes de Poder	161
Estudie a los que van en mangas de camisa	163
Las técnicas de intimidación y por qué son limitadas	166
Por qué el silencio es oro	171
Cuando un sí quiere decir no..., o quizás	173
Cómo explotar las fuentes de poder	174
Ejercicios para desarrollar firmeza	175
Capítulo 9. Déjese de Excusas	177
Quejarse: el suicidio total	179
Por qué la traición no hiere	185
Si usted no puede, alguien lo hará	188
Las acciones de Dios y por qué las necesitamos	189
Ejercicios para desarrollar firmeza	191
Capítulo 10. Diga lo que piensa	193
Reunirlo todo	198
Su tiempo al sol	200
Mida su magia	207
Ejercicios para desarrollar firmeza	212