

# СОДЕРЖАНИЕ

Введение, или Миф об успешных жаворонках .....	7
Глава 1. ПРАВО ВЫБИРАТЬ .....	18
Глава 2. СПРАВКА О СОВОСТИ .....	30
Глава 3. ТРИУМФ ИДЕИ КОМФОРТА .....	48
Глава 4. СОВОДИАГНОСТИКА ПО ДИЛТСУ .....	74
Глава 5. РЕАЛЬНЫЙ ИДЕАЛЬНЫЙ ДЕНЬ .....	90
Глава 6. СПОСОБНОСТЬ ДОГОВАРИВАТЬСЯ .....	116
Глава 7. ВНИМАНИЕ К ДРУГИМ .....	132
Глава 8. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ — НА СЕБЯ .....	150
Глава 9. ИЩИТЕ РЕСУРС .....	174
Глава 10. ПРАВО НА КОМФОРТ .....	190
Глава 11. НЕ МЕНЬШЕ, ЧЕМ ИДЕАЛЬНО .....	204
Глава 12. ЕЩЕ РАЗ ДИЛТС .....	222
Заключение .....	234
Благодарности .....	238