

БИБЛИОТЕКА КНИГИКРАТКО

**КРАТКОЕ  
СОДЕРЖАНИЕ  
«ЖИЗНЬ НА  
ПОЛНОЙ  
МОЩНОСТИ»**

Библиотека КнигиКратко  
**Краткое содержание «Жизнь  
на полной мощности»**  
Серия «КнигиКратко»

[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=27359310](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=27359310)

DG Win&Soft;

### **Аннотация**

**Этот текст – сокращенная версия книги «Жизнь на полной мощности».** Только самое главное: идеи, техники, ключевые цитаты.

*Великие лидеры являются проводниками организационной энергии. Они начинают с эффективного управления собственной энергией. Как лидеры они должны мобилизовать, фокусировать, инвестировать, направлять, обновлять и расширять энергию своих сотрудников.*

*Джим Лоэр, Тони Шварц*

Почему два теннисиста имеют одинаковые навыки, но один все время побеждает другого? Оказалось, что победитель умеет мгновенно расслабляться между подачами. А его соперник находится в напряжении все время игры и как итог – проигрывает. Чтобы этого не происходило, нашей энергией нужно научиться

управлять. К такому выводу пришли авторы книги «Жизнь на полной мощности» – специалисты-практики, тренировавшие ведущих американских спортсменов.

Сейчас большая часть работы Джима Лоэра и Тони Шварца связана с бизнесом – с генеральными директорами и предпринимателями. Среди их корпоративных клиентов – участники списка Fortune 500, такие как Procter & Gamble, Estee Lauder, Dell, Google, Nokia, Sony, Toyota, Gap, PepsiCo и Citigroup и многие другие. Работая в этой сфере, авторы обнаружили нечто совершенно неожиданное: требования к руководителям намного превосходят требования к профессиональным спортсменам. Спортсмены имеют большой перерыв между сезонами, тогда как руководители должны работать на максимуме своих возможностей по восемь, десять, а порой и по двенадцать часов в день. Принципы и методики, описанные в книге, научат работать в условиях прессинга, находить в себе скрытые источники энергии и поддерживать отличную форму. Эта книга стала Книгой № 1 по версии Wall Street Journal, была переведена на 28 языков.

**Напоминаем, что этот текст – краткое изложение книги**

# Джим Лоэр, Тони Шварц «Жизнь на полной мощности»

## Личные тренеры руководителей

*«Великие лидеры являются проводниками организационной энергии. Они начинают с эффективного управления собственной энергией. Как лидеры они должны мобилизовать, фокусировать, инвестировать, направлять, обновлять и расширять энергию своих сотрудников»*

*Джим Лоэр, Тони Шварц*

*Почему два теннисиста имеют одинаковые навыки, но один все время побеждает другого? Оказалось, что победитель умеет мгновенно расслабляться между подачами. А его соперник находится в напряжении все время игры и как итог – проигрывает. Чтобы этого не происходило, нашей энергией нужно научиться управлять. К такому выводу пришли авторы книги «Жизнь на полной мощности» – специалисты-практики, тренировавшие ведущих американских спортсменов.*

Сейчас большая часть работы Джима Лоэра и Тони Швар-

да связана с бизнесом – с генеральными директорами и предпринимателями. Среди их корпоративных клиентов – участники списка Fortune 500, такие как Procter & Gamble, Estee Lauder, Dell, Google, Nokia, Sony, Toyota, Gap, PepsiCo и Citigroup и многие другие. Работая в этой сфере, авторы обнаружили нечто совершенно неожиданное: требования к руководителям намного превосходят требования к профессиональным спортсменам. Спортсмены имеют большой перерыв между сезонами, тогда как руководители должны работать на максимуме своих возможностей по восемь, десять, а порой и по двенадцать часов в день. Принципы и методики, описанные в книге, научат работать в условиях прессинга, находить в себе скрытые источники энергии и поддерживать отличную форму. Эта книга стала Книгой №1 по версии Wall Street Journal, была переведена на 28 языков.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.