

John Sonmez

# Sprawny programista

Pracuj, zarabiaj i zdobywaj kwalifikacje



Helion 

Tytuł oryginału: Soft Skills: The software developer's life manual

Tłumaczenie: Joanna Sugiero

Projekt okładki: Studio Gravite / Olsztyn

Obarek, Pokoński, Pazdrijowski, Zaprucki

ISBN: 978-83-283-1111-4

Original edition copyright © 2015 by Manning Publications Co.

All rights reserved.

Polish edition copyright © 2015 by HELION SA.

All rights reserved.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage retrieval system, without permission from the Publisher.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Wszystkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowymi bądź towarowymi ich właścicieli.

Autor oraz Wydawnictwo HELION dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz Wydawnictwo HELION nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Materiały graficzne na okładce zostały wykorzystane za zgodą Shutterstock Images LLC.

Wydawnictwo HELION

ul. Kościuszki 1c, 44-100 GLIWICE

tel. 32 231 22 19, 32 230 98 63

e-mail: [helion@helion.pl](mailto:helion@helion.pl)

WWW: <http://helion.pl> (księgarnia internetowa, katalog książek)

Drogi Czytelniku!

Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres

<http://helion.pl/user/opinie/umimie>

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

Printed in Poland.

- [Kup książkę](#)
- [Poleć książkę](#)
- [Oceń książkę](#)

- [Księgarnia internetowa](#)
- [Lubię to! » Nasza społeczność](#)

# Spis treści

*Wstęp* 17

*Przedmowa* 19

*Wprowadzenie* 22

*Podziękowania* 24

*O książce* 27

*O autorze* 30

1. **Dlaczego ta książka jest inna niż wszystkie, które dotąd przeczytałeś?** 31

## **Część I. Kariera** 37

2. **Zacznij od wielkiego „BUM!” — nie rób tego, co wszyscy inni** 39

*Podejście biznesowe* 39

*Jak myśleć biznesowo?* 40

3. **Pomyśl o przyszłości. Jakie są Twoje cele?** 43

*Jak określić swoje cele?* 44

*Śledzenie postępów* 46

4. **Zdolności interpersonalne — potrzebujesz ich bardziej, niż myślisz** 47

*Zostaw mnie w spokoju, ja tylko chcę napisać kod!* 47

*Jak postępować z ludźmi?* 48

*Każdy chce się czuć ważny* 48

*Nigdy nie krytykuj* 49

*Myśl o tym, czego chce druga osoba* 49

*Unikaj sprzeczek* 50

5. **Sekret idealnej rozmowy kwalifikacyjnej** 52

*Najszybszy sposób na „pozytywne zaliczenie” rozmowy kwalifikacyjnej* 52

*Jak dostałem moją ostatnią pracę?* 53

*Myślenie nieszablonowe i budowanie więzi* 54

## 6 Spis treści

- A co z samą rozmową kwalifikacyjną?* 56
- Co możesz zrobić już teraz?* 56
- 6. Opcje zatrudnienia — poznaj swoje możliwości 58**
  - Opcja pierwsza — praca na etat* 58
  - Opcja druga — niezależny konsultant* 59
  - Opcja trzecia — przedsiębiorca* 61
  - Co powinieneś wybrać?* 63
- 7. Jakiego rodzaju programistą jesteś? 64**
  - Specjalizacja jest ważna* 64
  - A teraz przejdźmy do konkretnów* 65
  - Rodzaje specjalizacji dla programistów* 67
  - Wybierz swoją specjalizację* 68
  - A może zostać programistą poliglotą?* 69
- 8. Nie wszystkie firmy są takie same 70**
  - Małe firmy i startupy* 71
  - Średnie firmy* 72
  - Duże firmy* 72
  - Firmy tworzące oprogramowanie kontra firmy zatrudniające programistów* 74
  - Dobrze się zastanów, zanim wybierzesz* 75
- 9. Wspinanie się po szczeblach korporacyjnej drabiny 76**
  - Bierz na siebie odpowiedzialność* 76
  - Bądź widoczny* 77
  - Dokształcaj się* 79
  - Bądź tym, który rozwiązuje problemy* 79
  - A co z polityką firmową?* 80
- 10. Być profesjonalistą 82**
  - Kim jest profesjonalista?* 83
  - Bycie profesjonalistą (kształtowanie dobrych nawyków)* 84
  - Rób to, co należy* 85
  - Dbanie o wysoką jakość i samodoskonalenie* 86
- 11. Wolność. Jak odejść z pracy? 88**
  - Jak to zrobić mądrze?* 88
  - Przygotuj się na to, że będziesz pracować dla siebie* 89
  - Ile tak naprawdę pracujesz?* 91
  - Przecięcie pepowiny* 93

- 12. Praca jako wolny strzelec — nareszcie na swoim 96**  
*Jak zacząć? 96*  
*Poproś znajomych 97*  
*Najlepszy sposób na pozyskanie klientów 98*  
*Określenie stawki 99*
- 13. Stworzenie pierwszego produktu 103**  
*Znalezienie odbiorców 103*  
*Badanie rynku 106*  
*Zacznij od czegoś małego 107*  
*Jak zacząć? 107*
- 14. Czy chcesz założyć startup? 109**  
*Podstawowe informacje 109*  
*Albo stworzysz coś wielkiego, albo poniesiesz porażkę 110*  
*Typowy cykl życia startupu 111*  
*Akceleratorzy inwestycyjne 112*  
*Pozyskanie funduszy 112*
- 15. Strategie wspomagające pracę w domu 115**  
*Wyzwania, z którymi zmagają się odludki 115*  
*Wyzwanie pierwsze — zarządzanie czasem 116*  
*Wyzwanie drugie — motywacja 116*  
*Wyzwanie trzecie — samotność 118*
- 16. Udawaj tak długo, aż Ci się powiedzie 120**  
*Co oznacza wyrażenie „udawaj tak długo, aż Ci się powiedzie”? 120*  
*Jak to wygląda w praktyce? 121*
- 17. Życiorysy są NUDNE — zmieńmy to 124**  
*Nie zajmujesz się pisaniem życiorysów 125*  
*Zatrudnienie profesjonalnego autora życiorysów 126*  
*Dodatkowy wysiłek 127*  
*A co, jeśli nie chcesz skorzystać z usług profesjonalisty? 128*
- 18. Nie traktuj technologii z namaszczeniem 130**  
*Mamy mocno wyrobione przekonania dotyczące technologii 130*  
*Wszystko jest dobre 131*  
*Moje nawrócenie 132*  
*Nie ograniczaj swoich opcji 133*

## **Część II. Autopromocja 135**

- 19. Podstawy marketingu dla koderów 137**
  - Czym jest autopromocja? 137*
  - Dlaczego autopromocja jest ważna? 138*
  - Jak promować samego siebie? 139*
- 20. Budowanie marki, dzięki której zostaniesz zauważony 142**
  - Czym jest marka? 142*
  - Z czego składa się marka? 143*
  - Tworzenie własnej marki 145*
- 21. Założenie bloga, który stanie się popularny 148**
  - Dlaczego blogi są takie ważne? 149*
  - Zakładanie bloga 150*
  - Klucz do sukcesu 152*
  - Zwiększenie ruchu na stronie 154*
  - Nie zagwarantuję Ci sukcesu 155*
- 22. Daj innym coś wartościowego 156**
  - Daj ludziom to, czego chcą 156*
  - Rozdawaj za darmo 90 procent tego, co tworzysz 157*
  - Szybka droga do sukcesu 158*
  - Daj z siebie więcej 158*
- 23. #PortaleSpołecznościowe 160**
  - Poszerzanie sieci kontaktów 160*
  - Skuteczne korzystanie z mediów społecznościowych 161*
  - Bądź aktywny 162*
  - Sieci i profile 163*
- 24. Przemawianie, prezentacje, szkolenia — specjalista od gadania 165**
  - Dlaczego przemawianie daje tyle korzyści? 166*
  - Jak zacząć? 167*
  - A co ze szkoleniami? 168*
- 25. Pisanie książek i artykułów, które pomogą Ci zdobyć fanów 171**
  - Dlaczego książki i artykuły są takie ważne? 171*
  - Książki i czasopisma nie są kopalnią złota 172*
  - Wydaj swój tekst 173*
  - Selfpublishing 174*

- 26. Nie bój się wyjść na głupka 176**  
*Początki zawsze są trudne 176*  
*Nie ma nic złego w tym, że czasami się wygłupisz 177*  
*Małe kroczki (albo skok na głęboką wodę) 178*

### **Część III. Nauka 181**

- 27. Nauka nauczania. Jak uczyć samego siebie? 183**  
*Rozłożenie procesu nauki na części pierwsze 183*  
*Samokształcenie 184*
- 28. Moja metoda dziesięciu kroków 187**  
*Koncepcja leżąca u podstaw systemu 187*  
*Metoda dziesięciu kroków 189*
- 29. Kroki od 1. do 6. Wykonaj je jeden raz 191**  
*Krok 1. Ogólne zrozumienie tematu 192*  
*Krok 2. Ustalenie zakresu tematycznego 192*  
*Krok 3. Zdefiniowanie kryteriów sukcesu 194*  
*Krok 4. Szukanie materiałów 195*  
*Krok 5. Opracowanie planu nauki 196*  
*Krok 6. Przefiltrowanie informacji 197*
- 30. Kroki od 7. do 10. Powtarzaj je 199**  
*Krok 7. Nauczenie się podstaw 199*  
*Krok 8. Zabawa 200*  
*Krok 9. Poszerzenie wiedzy, aby móc wykorzystać ją w praktyce 201*  
*Krok 10. Nauczanie innych 202*  
*Ostatnie uwagi 203*
- 31. Szukanie mentorów — znajdź swojego Yodę 205**  
*Cechy, jakie powinien posiadać mentor 205*  
*Gdzie szukać mentora? 207*  
*Wirtualni mentorzy 208*  
*„Zatrudnienie” mentora 208*
- 32. Przyjęcie ucznia. Jak zostać Yodą? 210**  
*Być mentorem 210*  
*Korzyści z bycia mentorem 211*  
*Wybranie „wartościowego” ucznia 212*

- 33. Nauczanie. Uczyć się chcesz? Nauczać musisz 214**  
*Nie jestem nauczycielem 214*  
*Co się dzieje, gdy nauczasz? 215*  
*Na początek 216*
- 34. Czy musisz mieć ukończone studia, żeby odnieść sukces? 218**  
*Czy tytuł zawodowy jest potrzebny, żeby odnieść sukces? 218*  
*Zalety posiadania tytułu zawodowego 220*  
*A co, jeśli nie masz tytułu zawodowego? 220*
- 35. Wypełnianie luk w wiedzy 223**  
*Dlaczego mamy luki w wiedzy? 223*  
*Zidentyfikowanie luk w wiedzy 224*  
*Uzupełnianie braków 225*

## **Część IV. Wydajność 227**

- 36. Wszystko zaczyna się od koncentracji 229**  
*Czym jest koncentracja? 230*  
*Magia koncentracji 230*  
*Większa koncentracja 231*  
*To nie jest takie proste, jak się wydaje 232*
- 37. Osobisty plan wydajności 234**  
*Ogólne zasady 234*  
*Planowanie kwartalne 235*  
*Planowanie miesięczne 235*  
*Planowanie tygodniowe 236*  
*Planowanie codzienne i realizacja zadań 237*  
*Co zrobić, gdy inni nam przeszkadzają? 238*  
*Przerwy i wakacje 239*
- 38. Technika pomodoro 241**  
*Podstawowe informacje o technice pomodoro 241*  
*Jak skutecznie stosować technikę pomodoro? 243*  
*Gra umysłowa 244*  
*Ile jesteś w stanie zrobić? 245*



- 39. Mój system założeń liczbowych, dzięki któremu robię dużo więcej, niż mógłbym się spodziewać 248**  
*Problem 249*  
*Określenie założeń liczbowych 249*  
*Jak działa system założeń liczbowych? 250*  
*Dlaczego system założeń liczbowych jest skuteczny? 252*
- 40. Bycie odpowiedzialnym 253**  
*Odpowiedzialność 253*  
*Odpowiedzialność przed samym sobą 254*  
*Odpowiedzialność zewnętrzna 255*
- 41. Wielozadaniowość — nakazy i zakazy 257**  
*Dlaczego wielozadaniowość jest czymś złym? 257*  
*Dzielenie na pakiety zwiększa wydajność 258*  
*A co z prawdziwą wielozadaniowością? 259*
- 42. Wypalenie zawodowe? Mam na to lekarstwo! 262**  
*Jak dochodzi do wypalenia? 262*  
*Po prostu uderzasz głową o mur 263*  
*Po drugiej stronie muru 264*  
*Przedostanie się na drugą stronę 265*
- 43. Na co marnujesz czas? 268**  
*Najwięksi pożeracze czasu 268*  
*Rezygnacja z telewizji 269*  
*Inni pożeracze czasu 270*  
*Śledzenie własnej aktywności 272*
- 44. Warto mieć rutynę 274**  
*Rutyna sprawia, że jesteś tym, kim jesteś 274*  
*Opracowanie rutyny 275*  
*Przejdźmy do szczegółów 276*
- 45. Kształtowanie nawyków — szlifowanie kodu 279**  
*Zrozumienie nawyków 279*  
*Zidentyfikowanie złych nawyków i ich zmiana 281*  
*Kształtowanie nowych nawyków 283*
- 46. Sztuka dzielenia — jak zjeść słonia 285**  
*Dlaczego większe nie zawsze znaczy lepsze? 285*  
*Dzielenie zadań 287*

- Jak podzielić projekt?* 288
- Rozkładanie problemów na mniejsze części* 289
- 47. Dlaczego ciężka praca ma tak dużą wartość i dlaczego jej unikasz?** 291
- Dlaczego ciężka praca jest taka... ciężka?* 292
- Będę po prostu pracować „mądrzej”* 292
- Ciężka praca jest nudna* 293
- Rzeczywistość* 293
- Ciężka praca — jak to robić?* 294
- 48. Jakikolwiek działanie jest lepsze niż brak działania** 296
- Dlaczego nie chcemy podejmować działań?* 297
- Co się dzieje, gdy nic nie robisz?* 297
- Jaka jest najgorsza rzecz, jaka może się zdarzyć?* 298
- Łatwiej jest sterować pojazdem, który jest w ruchu* 299
- Co możesz zrobić już teraz?* 300

## **Część V. Finanse 303**

- 49. Co zamierzasz zrobić ze swoją wypłatą?** 305
- Przestań myśleć krótkofalowo* 305
- Aktywa i pasywa* 307
- Wróćmy do wypłaty* 309
- 50. Jak negocjować wynagrodzenie?** 311
- Negocjacje zaczynają się, zanim jeszcze złożysz podanie o pracę* 311
- To, jak zdobyłeś pracę, jest bardzo ważne* 312
- Pierwsza osoba, która poda liczbę, przegrywa* 313
- A co, jeśli pracodawca poprosi Cię wprost, abyś podał stawkę?* 314
- A co, jeśli pracodawca spyta Cię, ile obecnie zarabiasz?* 315
- Gdy dostaniesz propozycję* 316
- Kilka rad na koniec* 317
- 51. Opcje — tu się kryje cała zabawa** 319
- Podstawowe informacje* 319
- Nieco głębsza analiza* 321
- Sprzedawanie opcji* 323
- Bardziej złożone opcje* 325

- 52. Kilka informacji na temat inwestowania w nieruchomości 327**  
*Po co inwestować w nieruchomości? 328*  
*Ale jak się do tego zabrać? 330*  
*Po pierwsze — poznaj rynek 331*  
*Działanie 332*  
*Zatrudnij zarządcę nieruchomości 333*
- 53. Czy wiesz, jaki jest Twój plan emerytalny? 335**  
*Emerytura polega na pracy wstecz 336*  
*Określenie celu emerytalnego 337*  
*Opcja pierwsza — 401(k), IRA i inne indywidualne konta emerytalne 338*  
*Opcja druga — wczesne przejście na emeryturę albo wzbogacenie się 339*  
*A co, jeśli już wybrałem inne rozwiązanie albo do emerytury zostało mi niewiele lat? 342*
- 54. Niebezpieczeństwa związane z długami 343**  
*Dlaczego — co do zasady — długi są złe? 344*  
*Typowe mity na temat kredytów 345*  
*Nie wszystkie kredyty są złe 347*
- 55. Bonus — jak przeszedłem na emeryturę w wieku 33 lat 349**  
*Co to znaczy „przejść na emeryturę”? 349*  
*Jak zacząłem? 350*  
*Problemy z najmem 352*  
*Wejście na właściwy tor 353*  
*Ciężka harówka 354*  
*Droga na skrót? 355*  
*Jeszcze cięższa harówka 356*  
*Wyjście na prostą 358*  
*Zmiana na lepsze 359*  
*Tryb „ciężkiej pracy” 360*  
*Wiele źródeł pasywnych dochodów 360*  
*Szybka analiza 361*

## **Część VI. Sprawność fizyczna 363**

- 56. Dlaczego musisz zhakować swoje zdrowie? 365**  
*Pewność siebie 366*  
*Potęga mózgu 367*  
*Strach 367*

- 57. Określenie kryteriów dobrej kondycji fizycznej 370**  
*Wybranie konkretnego celu 370*  
*Zdefiniowanie kroków 371*  
*Mierzenie postępów 372*  
*Zdrowy styl życia 373*
- 58. Termodynamika, kalorie i Ty 375**  
*Czym jest kaloria? 375*  
*Schudnąć? Nic trudnego 376*  
*Ile kalorii spożywasz? 377*  
*Ile kalorii spalasz? 377*  
*Wykorzystanie kalorii do osiągnięcia celu 378*
- 59. Motywacja. Rusz tyłek! 380**  
*Co Cię motywuje? 380*  
*Nagradzanie się zbyt szybko 381*  
*Pomysły na to, jak się zmotywować 382*  
*Do dzieła! 383*
- 60. Jak zwiększyć masę mięśniową?  
Nawet nerdy mogą mieć imponujące bicepsy 385**  
*Jak rosną mięśnie? 386*  
*Podnoszenie ciężarów — podstawy 386*  
*Różne cele 387*  
*Siła 387*  
*Masa 387*  
*Wytrzymałość 388*  
*Zaczynamy 388*  
*Jakie ćwiczenia powinieneś wykonywać? 389*  
*Co należy jeść? 391*
- 61. Jak wyrzeźbić imponujący sześciopak? 393**  
*Mięśnie brzucha rzeźbi się w kuchni 393*  
*Twoje ciało nie chce mieć wyrzeźbionych mięśni brzucha 394*  
*Jak można temu zaradzić? 395*
- 62. Uruchomienie programu bieganie.exe 397**  
*Dlaczego bieganie może Cię zainteresować? 398*  
*Jak zacząć biegać? 398*  
*Rady dla początkujących 399*

- 63. Biurko, przy którym pracujesz na stojąco, i inne triki 401**  
*Domowa bieżnia i biurko, przy którym stoisz 401*  
*Sztuczki związane z jedzeniem 402*  
    *Jajka z mikrofali 403*  
    *Niskotłuszczowy grecki jogurt naturalny 403*  
    *Mrożone mięso 404*
- 64. Sprzęt fitness — dyskusje o nowinkach 405**  
*Krokomierze 405*  
*Waga bezprzewodowa 406*  
*Kombinacje sprzętów 407*  
*PUSH 407*  
*Słuchawki 408*  
*Aplikacje 408*
- Część VII. Sprawy duchowe 411**
- 65. Jak umysł wpływa na ciało? 413**  
*Wszystko zaczyna się od głowy 414*  
*Połączenie umysłu z ciałem 415*
- 66. Przyjęcie odpowiedniego nastawienia — przeładowanie systemu 418**  
*Czym jest pozytywne nastawienie? 419*  
*Pozytywne efekty pozytywnego myślenia 420*  
*Jak przeładować system i zmienić nastawienie? 421*  
    *Zmiana myśli 421*  
    *Medytacja 422*  
    *Pamiętaj o przyjemnościach 422*  
    *Książki 422*
- 67. Budowanie pozytywnej samooceny — programowanie mózgu 424**  
*Czym jest samoocena? 425*  
*Trudno jest zmienić samoocenę 426*  
*Przeprogramowanie mózgu 427*
- 68. Miłość i związki — komputer nie potrzyzyma Cię za rękę 430**  
*Dlaczego programiści mają czasami kłopoty ze znalezieniem miłości? 430*  
*Zrozumienie zasad gry 431*  
*Czyli wystarczy, że będę pewny siebie, tak? 432*  
*Im więcej będziesz próbować, tym większe masz szanse na sukces 433*

**69. Moja osobista lista książek o sukcesie 435**

*Poradniki i książki, które inspirują 435*

- The War of Art* Stevena Pressfielda (Black Irish Books 2002) 435
- Jak zdobyć przyjaciół i zjednać sobie ludzi* Dale'a Carnegiego (Studio EMKA 1995) 436
- Myśl i bogać się* Napoleona Hilla (Helion 2006) 436
- Nowa psychocybernetyka* Maxwella Maltza (Studio EMKA 2003) 437
- Moc pozytywnego myślenia* Normana Vincenta Pealego (Studio EMKA 1995) 437
- Atlas zbuntowany* Ayn Rand (Zysk i S-ka 2008) 437

*Książki o programowaniu 438*

- Kod doskonały* Steve'a McConnella (Helion 2010) 438
- Czysty kod* Roberta Martina (Helion 2010) 438
- Head First Design Patterns. Edycja polska* Erica Freemana, Elisabeth Robson, Berta Batesa i Kathy Sierry (Helion 2005) 438

*Inwestowanie 439*

- The Millionaire Real Estate Investor* Gary'ego Kellera (McGraw-Hill 2005) 439
- Bogaty ojciec, biedny ojciec* Roberta Kiyosakiego (Instytut Praktycznej Edukacji 2007) 439
- No-Hype Options Trading: Myths, Realities, and Strategies That Really Work* Kerry'ego Givena (Wiley 2011) 439

**70. Pełne akceptowanie porażki 440**

*Dlaczego w ogóle boisz się porażek? 441*

*Porażka to nie jest przegrana 442*

*Porażka to droga do sukcesu 442*

*Naucz się akceptować porażkę 443*

**71. Kilka słów na pożegnanie 445**

**Dodatek A Jeśli umiesz pisać kod, to zrozumiesz podstawy finansów 449**

**Dodatek B Jak działa giełda papierów wartościowych? Reguły systemu 456**

**Dodatek C Śmieci na wejściu, śmieci na wyjściu. Podstawy diety i prawidłowego odżywiania 463**

**Dodatek D Jak jeść zdrowo? Pizza to nie jest grupa żywnościowa 468**

**Skorowidz 475**

## Rozdział 11.

# Wolność. Jak odejść z pracy?

Od zawsze marzyłem o tym, żeby któregoś dnia rzucić pracę i zacząć własną działalność. Czułem się uwięziony w świecie korporacji i wiedziałem, że osiągnę więcej, gdy przejdę na swoje. Problemem było tylko to, jak to zrobić.

Nie znałem nikogo, kto odniósłby znaczący sukces po tym, jak zrezygnował ze stałej pracy i przeszedł na własną działalność, dlatego nie wiedziałem, co powinienem zrobić. Czułem, że nie jestem szczęśliwy, pracując dla kogoś innego.

Być może Ty nie czujesz potrzeby, aby zacząć pracować dla siebie. Może chcesz się cieszyć korzyściami, jakie daje bycie zatrudnionym na etat — i nie ma w tym nic złego. Jeśli jednak prezentujesz takie podejście jak ja i zawsze marzyłeś o tym, aby zostać własnym szefem, czytaj dalej.

### Jak to zrobić mądrze?

Chcesz poznać prosty sposób na rzucenie pracy i rozpoczęcie własnej działalności? Po prostu pójdz jutro do szefa i powiedz mu, że odchodzisz. To wszystko, co musisz zrobić. Mam tylko nadzieję, że masz trochę odłożonych pieniędzy w banku, ponieważ gdy zdecydujesz się na ten krok, będziesz zdany tylko na siebie. Powodzenia.

To chyba nie jest najmądrzejszy sposób na odzyskanie wolności. Jeżeli jesteś niecierpliwy, być może nie widzisz innego sposobu na ucieczkę i czujesz pokusę, żeby rzucić pracę z dnia na dzień. Ja też taki byłem. Możliwe, że jeśli dzisiaj zrezygnujesz z pracy

(a masz na koncie odłożonych trochę oszczędności) i rzucisz się na głęboką wodę własnej działalności bez żadnego planu, odniesiesz sukces, ale czy warto podejmować takie ryzyko?

Zazwyczaj takie historie nie mają szczęśliwego zakończenia. Po kilku miesiącach Twoje życie zaczyna przypominać pole bitwy. Konto jest już wyczyszczone, na kartach kredytowych masz debet, a to, co wydawało się piękne i cudowne, zdecydowanie takie nie jest. Bardzo trudno jest rozwijać własną firmę, gdy masz pistolet przyłożony do skroni. Nie jesteś w stanie podejmować dobrych decyzji, ponieważ paraliżuje Cię strach.

Nie piszę tego wszystkiego, żeby Cię wystraszyć — chociaż mam nadzieję, że jeśli faktycznie rozważasz nagłe odejście z pracy, zastanowisz się nad tym jeszcze raz. Chcę tylko, żebyś zrozumiał, że potrzebujesz prawdziwego planu, jeżeli chcesz rzucić pracę i zacząć pracować dla siebie. Musisz najpierw się zastanowić, gdzie zarobisz dodatkowe pieniądze, które pomogą Ci rozkręcić Twoją nową działalność.

Byłbym hipokrytą, gdybym twierdził, że nigdy nie próbowałem rozpocząć nowego rozdziału w moim życiu, nie mając solidnego planu. Ta ścieżka jest bardzo kusząca i zdarzyło mi się nią podążać. Jednak w końcu zmaźrzałem. Uświadomiłem sobie, że jedyny sposób na to, żeby naprawdę rozkręcić nową działalność, jest budowanie własnej firmy na boku i doprowadzenie jej do takiego stanu, w którym będzie przynosić pewne zyski — tak abym miał jakieś stałe dochody po odejściu z obecnej pracy (nawet jeśli będą one dużo mniejsze).

Zanim zaczniesz rozważać rzucenie pracy, musisz przygotować solidny plan. Bez względu na to, jaką działalność zamierzasz rozpocząć, gorąco doradzam Ci, abyś na początku potraktował ją jako dodatkową pracę i zaczął ją wykonywać w pełnym wymiarze godzin dopiero wtedy, gdy będziesz mieć pewność, że przyniesie Ci wystarczająco dużo pieniędzy. Wiem, że ten proces jest powolny i bolesny, ale ma wiele zalet — nie tylko w wymiarze finansowym.

## Przygotuj się na to, że będziesz pracować dla siebie

Praca dla siebie jest trudniejsza, niż myślisz — prawdopodobnie dużo trudniejsza. Mówiłem już o tym, jak ważne jest to, aby Twoja druga działalność najpierw stanowiła dodatkowe źródło dochodu, zanim zdecydujesz się odejść z obecnej pracy. Dzięki temu nie będziesz musiał się zmagać z kłopotami finansowymi już na samym początku, a także — co jest chyba jeszcze ważniejsze — dowiesz się, jak to jest pracować dla siebie.



### **Uwaga: mina! Właśnie rzuciłem pracę i nie mam żadnych oszczędności... Co teraz?**

Ojej. Mam nadzieję, że czytasz ten rozdział jeszcze przed podjęciem decyzji o obciążeniu hipoteki swojego domu kolejnym kredytem. Jeżeli odszedłeś ze stałej pracy i postanowiłeś zacząć własną działalność, nie mając odłożonych pieniędzy, to czeka Cię szybsze i boleśniejsze zdenerowanie z rzeczywistością.

W takiej sytuacji radziłbym, abyś zaczął naprawdę ciężko pracować, kształtując jednocześnie dobre nawyki związane z wydajnością. W ten sposób zwiększysz swoje szanse na sukces. To prawdopodobnie oznacza wyłączenie kablówki. Twoim celem jest uzyskanie jak największego rozpiędu.

Jednocześnie jednak bądź realistą. Zastanów się, jak długo jesteś w stanie żyć z tych pieniędzy, które masz, i pomyśl, jak najlepiej możesz wykorzystać ten czas. Określ, ile czasu jesteś w stanie eksperymentować na nowym polu, a gdy ten czas minie, a Ty nie osiągniesz tego, co planowałeś, wróć do zatrudnienia na etat. Za jakiś czas możesz spróbować jeszcze raz. Nie podejmuj pochopnych decyzji zagrażających Twojej przyszłości, takich jak wzięcie dużego kredytu, zastawienie domu czy pożyczanie pieniędzy od przyjaciół lub rodziny.

Być może pocieszy Cię to, że nie jesteś w tym wszystkim sam. Ja sam podjąłem dwie nieudane próby pracy dla siebie, po których musiałem wrócić do zatrudnienia na etat.

Przychodząc codziennie do pracy, w której to inni wzbogacają się na tym, co robisz, możesz odnieść wrażenie, że praca dla siebie będzie dużo łatwiejszym i przyjemniejszym sposobem na spędzanie czasu. To prawda, że taka forma działalności daje dużo satysfakcji, ale jednocześnie wymaga ona ogromnej pracy — zwłaszcza gdy dopiero jesteś na początkowym etapie rozwijania swojej działalności.

Problem polega na tym, że nie jesteś w stanie oszacować, jaka ciężka będzie to praca, dopóki nie rzucisz pracy obecnej — a wtedy będzie już za późno na cofnięcie decyzji. Dlatego tak gorąco polecam wszystkim, aby rozpoczęli rozwijanie własnej działalności na boku i podjęli decyzję o odejściu z pracy dopiero wtedy, gdy zaczną odnosić pierwsze sukcesy. Dzięki temu będą w stanie z grubsza ocenić, ile godzin dziennie będą musieli pracować, gdy pójdą na swoje. Wielu początkujących przedsiębiorców nie ma pojęcia, jak trudne jest prowadzenie własnej firmy i ile dodatkowych rzeczy trzeba robić. Nie zdają sobie sprawy z pobocznych aspektów prowadzenia własnej działalności, które nie mają bezpośredniego związku z rozwijaniem firmy.

Rozpoczynając własną działalność na boku w sytuacji, gdy masz jednocześnie stałe zatrudnienie, szybko poczujesz, co to znaczy pracować po godzinach i rozwijać nowe przedsięwzięcie. Unikniesz wielkiego ryzyka, które przyprawiło wielu początkujących przedsiębiorców o wrzody żołądka i siwe włosy, ponieważ Twoje „być albo nie być” nie będzie uzależnione od tego, czy Twoje przedsięwzięcie się powiedzie. Nawet jeśli

Twój pomysł zakończy się porażką, nie zostaniesz z niczym, ponieważ praca na etat wciąż będzie Ci przynosić stałe dochody.

A jeśli wciąż nie jesteś przekonany, podam Ci jeszcze jeden powód, który jest być może najmocniejszym argumentem przemawiającym za tym, aby wybrać właśnie to rozwiązanie. Twoje nowe przedsięwzięcie — zwłaszcza gdy robisz to po raz pierwszy — prawdopodobnie zakończy się porażką. Tak kończy większość nowych firm. Bardzo możliwe, że będziesz musiał podjąć kilka prób, zanim Twoja działalność zacznie przynosić Ci faktyczne dochody. Co wolisz: odkładać pieniądze przez kilka lat po to, żeby zaryzykować jeden raz, w nadziei na to, że się uda, czy mieć stałe dochody, które umożliwią Ci podjęcie kilku prób, aż w końcu znajdziesz idealne rozwiązanie dla siebie?

## Ile tak naprawdę pracujesz?

W tym miejscu wyznam Ci całkowicie szczerze, że mimo iż byłem bardzo dobrym pracownikiem w większości firm, które mnie zatrudniały, nie pracowałem nawet w połowie tak ciężko, jak bym mógł.

Nie zdawałem sobie z tego sprawy, dopóki nie założyłem własnej działalności i nie zacząłem z uwagą śledzić, ile czasu poświęcam na poszczególne zajęcia. Gdy po raz pierwszy zacząłem pracować dla siebie, nie mogłem uwierzyć, jak trudno jest przetrwać osmiogodzinny dzień pracy. W mojej wcześniejszej pracy pracowałem od ośmiu do dziesięciu godzin dziennie, dlatego więc tak trudno było mi usiąść przy biurku i pracować przez osiem godzin bez przerwy, gdy byłem wreszcie na swoim? I dlaczego rezultaty mojej pracy były dużo gorsze niż te, które osiągałem w takim samym czasie, pracując na etat?

Odpowiedzi na te pytania poznałem, gdy zacząłem bacznie śledzić, jak wykorzystuję swój czas. Opracowałem mechanizm zapisywania wszystkiego, co robię w każdej minucie swojego roboczego dnia. Dzięki temu odkryłem, dlaczego czas przecieka mi przez palce. Okazało się, że w ciągu dnia tylko cztery godziny poświęcam na prawdziwą pracę. Nie uwierzyłbym w to, gdyby ktoś mi to powiedział — nadal jest mi trudno w to uwierzyć, ale liczby nie kłamią. Pracowałem ciężiej niż kiedykolwiek, ale osiągałem tylko połowę swojej potencjalnej wydajności każdego dnia.

Od razu zacząłem się zastanawiać, jaką miałem wydajność, gdy pracowałem na etat. Prześledziłem w myślach typowy dzień w pracy i spróbowałem ocenić, jak spędzałem wtedy czas.

Liczbą wyjściową było osiem godzin. Odjąłem od nich jedną godzinę na rozmowy z ludźmi — zarówno te związane z pracą, jak i te z nią niezwiązane. Odkryłem, że w ciągu

przeciętnego dnia w pracy spędzałem sporo czasu na rozmowach. Zazwyczaj były to krótkie wymiany zdań, ale gdy je wszystkie zsumować, wychodziło około jednej godziny dziennie. Niektóre z tych rozmów były oczywiście związane z pracą, ale trudno to uznać za wydajne spędzanie czasu.

Zostało mi siedem godzin. Od tej liczby odjąłem kolejne dwie godziny na ogólne sprawy związane ze sprawdzaniem poczty i odpowiadaniem na e-maile, czytaniem biuletynów i notek, a także uczestnictwem w bezsensownych zebraniach, na których mogłoby w ogóle mnie nie być, ponieważ i tak nie dochodziło tam do żadnych ważnych ustaleń.

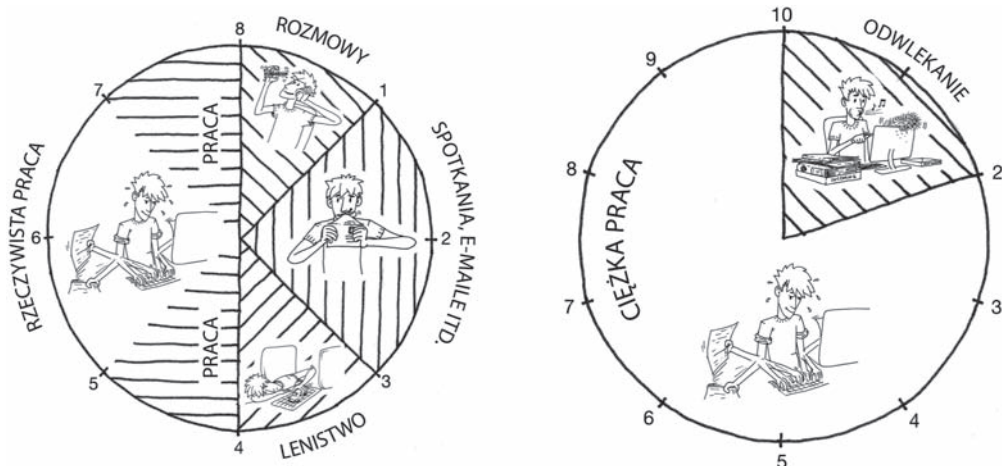
Na końcu musiałem odjąć jeszcze jedną godzinę na coś, co nazwałem ogólnym lenistwem. Każdy z nas od czasu do czasu odpływa gdzieś myślami — w takich chwilach sprawdzamy wiadomości na Facebooku, odpowiadamy na prywatne e-maile itd. Nie ma sensu temu zaprzeczać. Prawdopodobnie te czynności zabierają nam około jednej godziny dziennie.

Ile zatem czasu mi pozostało? Cztery godziny. Większość z nas prawdopodobnie pracuje tylko cztery z ośmiu godzin dziennie. I jestem pewien, że w niektóre dni tych godzin jest jeszcze mniej. Jest jednak jeszcze jeden czynnik, który trzeba wziąć pod uwagę. Jak wydajnie pracujemy w ciągu tych czterech godzin?

Chciałbym myśleć o tym w następujący sposób. Wyobraź sobie człowieka, który biegnie dla zdrowia i kondycji, oraz kogoś, kto ucieka przed głodnym, groźnym lwem. Tak właśnie wygląda różnica między pracą, którą wykonujesz, gdy jesteś zatrudniony na etat, a pracą na własny rachunek. Gdy prowadzisz swoją działalność, pracujesz dużo ciężiej, ponieważ zarabiasz tylko wtedy, gdy faktycznie robisz coś produktywnego.

Wziąwszy to pod uwagę, możemy prawdopodobnie założyć, że mamy o połowę mniejszą wydajność, gdy pracujemy dla kogoś. A to oznacza, że podczas typowego dnia w pracy na etat marnowałem ekwiwalent dwóch godzin ciężkiej, prawdziwej, wydajnej pracy (a czasami nawet zostawałem dłużej i pracowałem dziesięć godzin zamiast ośmiu).

Po co Ci o tym wszystkim mówię? Z dwóch powodów. Po pierwsze, chcę, żebyś zdał sobie sprawę, że gdy założysz własną działalność, będziesz musiał pracować dużo ciężiej niż na etacie, nawet jeśli poświęcisz na pracę (teoretycznie) taką samą liczbę godzin dziennie. Musisz się na to przygotować i się do tego przyzwyczaić. Oczywiście, pracując dla siebie masz dużo większą motywację i robisz to z pasją, ale nie licz na to, że ten entuzjazm będzie trwał wiecznie. Po jakimś czasie pasja wygaśnie — czasami dzieje się to nagle, zupełnie znikąd. (Jeśli chcesz przeczytać dobrą książkę na ten temat, polecam Ci *So Good They Can't Ignore You* Cala Newporta).



### Praca dla kogoś a praca dla siebie

Po drugie, musisz sobie uświadomić, że nie jesteś w stanie zaplanować ośmiu godzin pracy, gdy prowadzisz własną działalność. Gdy po raz pierwszy rzuciłem pracę na etat, żeby w pełni się zająć własną działalnością, myślałem, że każdego dnia będę miał osiem godzin na pracę. Przed odejściem z pracy każdego wieczora spędzałem od trzech do czterech godzin wieczorem na rozwijaniu nowej działalności, więc uznałem, że jeśli będę pracował osiem godzin dziennie, to zrobię dwa razy więcej. Niestety, byłem w wielkim błędzie. Rzeczywistość okazała się tak inna od tego, co planowałem, że straciłem chęć do pracy i prawie się poddałem.

Zanim odejdziesz z obecnej firmy, musisz wiedzieć, czego możesz oczekiwać po rozpoczęciu własnej działalności — ile będziesz musiał pracować. A potem przygotuj się psychicznie na naprawdę ciężką harówkę. Prześledź swój typowy dzień w pracy i przekonaj się, ile czasu poświęcasz na poszczególne czynności. Spróbuj osiągnąć cel sześciu godzin wydajnej pracy w ciągu dnia. Rozwijając dodatkową działalność po godzinach pracy, przygotujesz się na to, że za jakiś czas będziesz musiał intensywnie pracować przez osiem albo i więcej godzin każdego dnia.

### Przecięcie pępowiny

A zatem podjąłeś już decyzję. Chcesz być niezależny. Masz dość pracy „dla kogoś”. Ale jak to zrobić? Nie jestem w stanie podać Ci jednego, uniwersalnego sposobu. Zamiast tego pokażę Ci fikcyjny przykład, jak programista może przejść z pracy etatowej na samozatrudnienie.

Joe zajmuje się programowaniem od około dziesięciu lat. Lubi swoją pracę, ale wolałby zostać wolnym strzelcem i pracować dla siebie. Podoba mu się wizja elastycznych godzin pracy i dobierania sobie klientów. Chce sam decydować, kiedy i nad czym będzie pracować.

Od jakiegoś czasu Joe rozważa rozpoczęcie własnej działalności. Pierwszą rzeczą, jaką robi, jest zmniejszenie wydatków i odkładanie co miesiąc jakiejś kwoty na konto. Nie chce się martwić o finanse, gdy rzuci pracę i zacznie rozwijać swoją firmę, dlatego postanawia, że odłoży kwotę równą wartości swoich rocznych dochodów. Dzięki temu nie będzie musiał się martwić o pieniądze co najmniej przez pierwszy rok działalności.

Joe oblicza, że jeśli w ciągu pierwszego roku prowadzenia działalności zdoła zarobić połowę kwoty, którą potrzebuje na życie, oszczędności wystarczą mu na dwa lata. To całkiem sporo czasu na rozwinięcie firmy albo uświadomienie sobie, że ten pomysł jednak nie wypali. (Uwaga: kwota, którą odłożył Joe, nie jest równoważnością rocznej pensji, lecz rocznych wydatków — tego, ile potrzebuje, aby przeżyć, a nie prowadzić wygodne życie. Joe jest gotowy na to poświęcenie, ponieważ chce spełnić swoje marzenie).

Joe zaczyna spędzać około piętnastu godzin tygodniowo na dodatkowej pracy — poza tą, którą wykonuje na etat. Z tych piętnastu godzin pierwsze dwie poświęca na faktyczne wykonywanie zleceń, pięć na szukanie nowych klientów i reklamowanie swojej działalności, a osiem na pracę, za którą może dostać faktyczne wynagrodzenie. Joe rozpoczął proces rozwijania swojej działalności pół roku przed planowanym odejściem z pracy, tak aby mieć pewien gwarantowany przychód i nie czuć aż tak silnej presji po przejściu na samozatrudnienie.

Obliczył sobie, kiedy będzie mógł odejść z pracy i zaznaczył ten dzień w kalendarzu. Gdy nadejdzie ta data, Joe wręczy szefowi wypowiedzenie i zacznie realizować swoje marzenie. Będzie finansowo i psychicznie przygotowany na tę wielką zmianę.

### **Uwaga: mina! Niebezpieczne umowy o pracę**

Muszę Cię ostrzec, że rady, które zamieściłem w tym rozdziale, mogą wpakować Cię w kłopoty. Widziałem wiele sprytnie skonstruowanych umów o pracę, które na przykład mówią, że wszystko, co zrobisz, należy do firmy, w której pracujesz.

Zanim zaczniesz rozwijać na boku swoją działalność, która być może za jakiś czas stanie się Twoim głównym źródłem dochodów, sprawdź dokładnie, na co się zgodziłeś, podpisując umowę o pracę z obecną firmą. Jeżeli jest tam zapis mówiący o tym, że wszystko, co robisz, jest własnością tej firmy, warto, abyś poradził się prawnika, jak postępować w takiej sytuacji.

Ja sam nie jestem prawnikiem, dlatego rada, której Ci zaraz udzielę, nie ma charakteru porady prawnej. Oto co moim zdaniem powinieneś zrobić w takiej sytuacji. Jeżeli w Twojej umowie o pracę znajduje się zapis mówiący, że wszystko, co robisz, jest własnością firmy, bez względu na to, czy odbywa się to w godzinach pracy, czy nie, to poproś o usunięcie tej klauzuli z umowy albo poszukaj innej pracy. Nie jestem zwolennikiem niewolnictwa, a taka umowa jest według mnie po prostu drakońska. Rozumiem, że firma nie chce, abyś w czasie pracy wykonywał dodatkowe zlecenia, korzystając z jej środków i sprzętu, ale nie uważam, aby pracodawca miał prawo stawiać Ci jakiegokolwiek ograniczenia w odniesieniu do tego, co robisz w wolnym czasie (to jest tylko moje zdanie).

Jeżeli Twoja umowa zawiera klauzulę mówiącą, że wszystko, co tworzysz w godzinach pracy albo korzystając z firmowego sprzętu, należy do firmy, sprawa nieco bardziej się komplikuje, ponieważ taki zapis pozostawia duże pole do interpretacji. Ja w takiej sytuacji powiedziałbym wprost, że wykonuję dodatkowe zlecenia, i starannie zapisywałem informacje na temat tego, w jakich godzinach nad nimi pracowałem i z jakich środków oraz sprzętu korzystałem. Jeśli będziesz prowadził taki kalendarz, pokazujący, że wszystkie dodatkowe zlecenia wykonywałeś w czasie poza pracą i korzystając z własnych środków, to Twoja sytuacja będzie w miarę komfortowa. Jednak nawet wtedy powinieneś stąpać ostrożnie. Nie zaszkodzi udać się po poradę do prawnika.

Podsumowując, jeżeli obawiasz się, że możesz mieć problemy z pracodawcą, to prawdopodobnie tak będzie. Masz do wyboru dwie opcje. Albo będziesz trzymał wszystko w wielkiej tajemnicy, albo uczciwie poinformujesz pracodawcę o swojej dodatkowej pracy. Każde z tych rozwiązań ma swoje minusy. Bez względu na sytuację zawsze warto notować w dzienniku, w jakich godzinach pracujesz nad dodatkowymi zleceniami, tak aby nikt nie kwestionował Twojego prawa własności do pracy, którą wykonałeś.

## Działania

- Oblicz, ile dokładnie pieniędzy będziesz potrzebować na miesiąc, żeby przeżyć. Być może zdziwisz się, gdy odkryjesz, jak wysoka teraz jest ta kwota. Jeśli chcesz szybciej odzyskać „wolność”, musisz znaleźć sposób na jej obniżenie. Wtedy Twoja dodatkowa działalność będzie mogła przynosić mniejsze dochody.
- Zacznij sobie zapisywać, jak spędzasz czas w pracy. Spróbuj zyskać pogląd na to, ile czasu zajmują Ci poszczególne czynności. A teraz zastanów się, ile godzin spędzasz na prawdziwej, wydajnej pracy — uzyskany wynik może Cię zdziwić.

# Skorowidz

## A

agent nieruchomości, 355  
akceleratory inwestycyjne, 112  
akceptowanie porażki, 440, 443  
akcje, 458  
akcje bez pokrycia, 460  
aktywa, 307  
aktywa kontra pasywa, 308  
aktywność, 162  
amator, 83  
aplikacja  
    Bodybuilding.com, 409  
    Fitocracy, 382  
    Habit RPG, 382  
    Super Better, 382  
    Zombies, Run!, 382  
aplikacje dla biegaczy, 408  
artykuły, 171  
autopromocja, 135, 138, 141, 153  
awans, 80

## B

badanie rynku, 106  
bank, 454  
banki centralne, 453  
białka, 465  
bieganie, 398, 399  
biurko, 401  
blog, 148  
BMR, base metabolic rate, 377  
brak działania, 296

budowanie  
    pozytywnej samooceny, 424  
    marki, 142  
    więzi, 54  
bycie  
    odpowiedzialnym, 253  
    widocznym, 78

## C

cechy mentora, 205  
cele, 43  
chudnięcie, 376, 379  
ciało, 413, 465  
ciężka praca, 291–294  
cykl życia startupu, 111  
czas pracy, 91  
czasopisma, 172

## Ć

ćwiczenia  
    ogólne, 390  
    pull, 390  
    push, 390

## D

dbanie  
    o jakość, 86  
    o samodoskonalenie, 86  
    o zdrowie, 365  
deflacja, 451  
dieta, 463, 466

dług, 343  
dochody pasywne, 360  
doksztalcanie się, 79  
domowa biegnia, 401  
droga do sukcesu, 442  
działanie, 296, 300  
dzielenie  
    na pakiety, 258  
    zadań, 287  
dźwignia, 320

## **E**

elementy marki, 144  
emerytura, 335, 342, 349  
etapy  
    pozyskiwania funduszy, 114  
    tworzenia marki, 145

## **F**

finanse, 303, 449, 455  
firmy, 62, 70  
    duże, 72  
    małe, 71  
    średnie, 72  
    tworzące oprogramowanie, 74  
    zatrudniające programistów, 74  
fitness, 405  
formy marketingu przychodzącego, 99  
fundusze, 112  
    EFT, 460  
    powiernicze, 461

## **G**

gęstość kaloryczna, 472  
giełda papierów wartościowych, 319, 456  
glukoza, 464  
gra umysłowa, 244

## **H**

handel akcjami, 321, 458  
harmonogram kanban, 236

## **I**

identyfikowanie luk w wiedzy, 224, 225  
indeks, 460  
    Dow Jones Industrial, 460  
indywidualne konta emerytalne, 338  
inflacja, 451  
informacje  
    o sobie, 127  
    o technice pomodoro, 241  
inwestowanie  
    na giełdzie, 319  
    w nieruchomości, 327

## **J**

jajka z mikrofali, 403  
jakość, 86  
jedzenie, 402  
jedzenie śmieciowe, 470  
jogurt naturalny, 403

## **K**

kalorie, 375, 377  
kanały autopromocji, 141  
kapitał, 458  
kapitał podwyższonego ryzyka, 62  
kariera, 37  
koncentracja, 229, 230  
kondycja fizyczna, 370  
    definiowanie kroków, 371  
    mierzenie postępów, 372  
    nabranie siły, 371  
    przyrost masy mięśniowej, 371  
    schudnięcie, 371  
    wzmocnienie układu krążenia, 371  
    zdrowy styl życia, 373  
    zwiększenie wytrzymałości mięśni, 371  
korzyści z bycia mentorem, 212  
kredyt, 345  
kredyty są złe, 347  
krok 1, 192  
krok 10, 202  
krok 2, 192  
krok 3, 194



krok 4, 195  
 krok 5, 196  
 krok 6, 197  
 krok 7, 199  
 krok 8, 200  
 krok 9, 201  
 krokomierze, 405  
 kryteria sukcesu, 194  
 krytykowanie, 49  
 książki, 171  
 książki o sukcesie, 435  
 kształtowanie nawyków, 279, 283  
 kupowanie akcji, 461

**L**

luki w wiedzy, 223

**M**

makroskładniki odżywcze, 469  
 maksymalna liczba pomodoro, 245  
 małe kroczki, 178  
 marka, 142, 143  
 marketing, 135, 137  
 marketing przychodzący, 98  
 marnowanie czasu, 268  
 masa, 387  
 masa mięśniowa, 385  
 media społecznościowe, 161  
 medytacja, 422  
 mentor, 205, 210, 211  
 mentor wirtualny, 208  
 metoda
 

- dziesięciu kroków, 187, 189
- intensywnego treningu interwałowego, 396

 mięśnie, 386  
 mięśnie brzucha, 393, 394  
 miłość, 430  
 motywacja, 116, 382  
 możliwości awansu, 80  
 mrożone mięso, 404  
 myślenie
 

- biznesowe, 40
- krótkofalowe, 305
- nieszablonowe, 54

**N**

nagradzanie się, 381  
 najem, 352  
 nakazy, 257  
 narzędzie Buffer, 163  
 nastawienie, 421  
 nastawienie pozytywne, 419  
 nauczanie, 202, 214  
 nauczenie się podstaw, 199  
 nauczyciel, 214  
 nauka, 181  
 nawyki, 279–282  
 negocjowanie wynagrodzenia, 311  
 niebezpieczne umowy o pracę, 94  
 nieruchomości, 328  
 niezależny konsultant, 59  
 niska piłka, 314

**O**

obszary specjalizacji, 68  
 odejście z pracy, 96  
 odpowiednie nastawienie, 418  
 odpowiedzialność, 76, 253
 

- przed samym sobą, 254
- zewnątrzna, 255

 oglądanie telewizji podczas treningu, 383  
 określanie
 

- stawki, 99
- własnych celów, 44
- celu emerytalnego, 337
- założeń liczbowych, 249

 opcje, 319, 320
 

- zatrudnienia, 58
  - niezależny konsultant, 59
  - praca na etat, 58
  - przedsiębiorca, 61
  - złożone, 325

 operacje niskopoziomowe, 67  
 opracowanie
 

- planu nauki, 196
- rutyny, 275

 ostatnia praca, 53  
 otwieranie własnej działalności, 107

## P

papiery wartościowe, 456  
 pasywa, 307  
 pasywne dochody, 360  
 pewność siebie, 366, 432  
 pieniądz, 450  
 pieniądz fiducjarny, 452  
 pisanie
 

- artykułów, 171
- książek, 171

 plan
 

- emerytalny, 335
- wydajności, 234

 planowanie
 

- codzienne, 237
- kwartalne, 235
- miesięczne, 235
- tygodniowe, 236

 platforma programistyczna, 67  
 podejmowanie działań, 297  
 podnoszenie ciężarów, 386  
 podstawowe składniki odżywcze, 463  
 podstawy
 

- finansów, 449, 455
- marketingu, 137

 polityka firmowa, 80  
 połączenie umysłu z ciałem, 415  
 pomodoro, 241, 243  
 poprawa kondycji, 371  
 poradniki, 435  
 porażka, 110, 440, 442  
 portale społecznościowe, 160  
 posiadanie tytułu zawodowego, 220  
 poszerzanie
 

- sieci kontaktów, 160
- wiedzy, 201

 poznawanie swoich możliwości, 58  
 pozyskiwanie
 

- funduszy, 112
- klientów, 98

 pozytywna samoocena, 424  
 pozytywne myślenie, 420  
 pożeracze czasu, 268–271

## praca

dla kogoś, 93  
 dla siebie, 89, 93  
 jako niezależny konsultant, 61
 

- korzyści, 61
- wady, 61

 jako wolny strzelec, 96  
 na etat, 59
 

- wady, 59
- zalety, 59

 nudna, 293  
 w domu, 115
 

- motywacja, 116
- samotność, 118
- zarządzanie czasem, 116

 z bazami danych, 67  
 zdalna, 119  
 prawidłowe odżywianie, 463  
 prezentacje, 165  
 problemy z najmem, 352  
 proces handlu akcjami, 322  
 produkty, 104  
 profesjonalista, 83  
 profesjonalizm, 82  
 profesjonalny autor życiorysów, 126  
 profile, 163  
 program bieganie.exe, 397  
 programista
 

- rodzaje specjalizacji, 67
- poliglota, 69

 programowanie
 

- kompleksowe, 67
- mózgu, 424, 427
- samego siebie, 139

 przedsiębiorca, 61
 

- korzyści, 62
- wady, 62

 przefiltrowanie informacji, 197  
 przegrana, 442  
 przemawianie publiczne, 165–168  
 przyjemności, 422  
 przyjmowanie kalorii, 377  
 PUSH, 407

**R**

realizacja  
 nowego planu, 383  
 zadań, 237  
 reguły systemu założeń liczbowych, 251  
 relacje międzyludzkie, 48  
 rezygnowanie z pracy, 88  
 rodzaje  
 pieniędzy, 451  
 specjalizacji, 67  
 rozdawanie za darmo, 157  
 rozkładanie problemów, 289  
 rozmowa kwalifikacyjna, 52, 56  
 rozwiązywanie problemów, 79  
 ruch na stronie, 154  
 rutyna, 274, 278

**S**

SaaS, software-as-a-service, 62  
 samodoskonalenie, 86  
 samokształcenie, 184  
 samoocena, 425, 426  
 samotność, 118  
 serwer VPS, 151  
 sieci, 163  
 siła, 387  
 składniki odżywcze, 463, 465  
 skok na głęboką wodę, 178  
 słuchanie audiobooka, 383  
 słuchawki, 408  
 spalanie kalorii, 376, 377  
 specjalizacja, 64  
 sprawność fizyczna, 363  
 sprawy duchowe, 411  
 sprzeczką, 50  
 sprzedawanie opcji, 323  
 sprzęt fitness, 405  
 startup, 61, 71, 109  
 stawka  
 pracownika etatowego, 101  
 wolnego strzelca, 101  
 studia, 218  
 stworzenie pierwszego produktu, 103

sukces, 158, 194, 218, 435  
 system założeń liczbowych, 248–252  
 szanse na sukces, 433  
 szkolenia, 165, 168  
 szlifowanie kodu, 279  
 szukanie  
 materiałów, 195  
 mentora, 205, 207

**Ś**

śledzenie  
 postępów, 46  
 własnej aktywności, 272  
 śmieciowe jedzenie, 470

**T**

technika pomodoro, 241, 243  
 technologie, 130  
 teoria opcji, 320  
 termodynamika, 375  
 tłuszcz, 465  
 trening, 389  
 trening interwałowy, 396  
 trudności, 120  
 trujące osoby, 51  
 tryb ciężkiej pracy, 360  
 tworzenie  
 oprogramowania, 103  
 własnej marki, 145  
 tytuł zawodowy, 218, 220  
 wady, 221  
 zalety, 221  
 zakazy, 257

**U**

ucieczka od dzieci, 383  
 udoskonalanie życiorysu, 128  
 udostępnianie treści, 162  
 umowa o pracę, 94  
 umysł, 413  
 unikanie sprzeczek, 50  
 ustalenie zakresu tematycznego, 192

## V

VPS, 151

## W

waga bezprzewodowa, 406  
wakacje, 239  
wiedza, 223  
wielozadaniowość, 257  
wizja kariery, 44  
własna działalność, 107  
wspomaganie pracy w domu, 115  
wybieranie specjalizacji, 68  
wybór technologii, 130  
wychodzenie na dwór, 383  
wydajność, 227, 234, 258  
wydawanie swoich tekstów, 174  
wynagrodzenie, 311  
wypalenie zawodowe, 262  
wypłata, 305, 309  
wytrzymałość, 388  
wzór Harrisa i Benedicta, 378

## Z

zabawa, 200  
zakładanie  
    bloga, 148, 150  
    startupu, 109  
zakres odpowiedzialności?, 77  
zalety posiadania tytułu zawodowego, 220  
zarabianie, 248  
zarabianie na giełdzie, 459  
zarządca nieruchomości, 333

zarządzanie czasem, 116  
zdefiniowanie kryteriów sukcesu, 194  
zdolności interpersonalne, 47  
zdrowe  
    odżywianie się, 468  
    produkty, 470  
zdrowie, 365  
zdrowy styl życia, 373  
zmiana  
    myśli, 421  
    nastawienia, 421  
    samooceny, 426  
znalezienie odbiorców, 103  
zrozumienie  
    nawyków, 279  
    tematu, 192  
zwiększanie  
    masy mięśniowej, 385  
    ruchu na stronie, 154

## Ż

źródło pasywnych dochodów, 360

## Ż

życiorys, 124  
    profesjonalny, 126  
    udoskonalony, 128

# PROGRAM PARTNERSKI

GRUPY WYDAWNICZEJ HELION



1. ZAREJESTRUJ SIĘ
2. PREZENTUJ KSIĄŻKI
3. ZBIERAJ PROWIZJĘ

Zmień swoją stronę WWW  
w działający bankomat!

**Dowiedz się więcej i dołącz już dzisiaj!**

<http://program-partnerski.helion.pl>

GRUPA WYDAWNICZA

 **Helion SA**

# Sprawny programista

Pracuj, zarabiaj i zdobywaj kwalifikacje

**Programiści to umyśli ściśle.** Świetnie odnajdują się w gąszczu linijek kodu, klas, obiektów, interfejsów i kompilatorów. Jednak aby odnieść sukces w życiu zawodowym, nie wystarczą wybitne zdolności techniczne. Konieczne jest też posiadanie umiejętności interpersonalnych oraz tzw. miękkich, które znacznie ułatwiają codzienne życie i kooperację z innymi.

**Jeżeli jesteś osobą techniczną** i nieswojo czujesz się podczas rozmowy o wszelkich innych aspektach Twojego życia, ten poradnik jest stworzony dla Ciebie. Bez opuszczania własnej kanapy możesz zdecydowanie poprawić swoje umiejętności! Ta książka zawiera 71 krótkich rozdziałów, które pomogą Ci w uporządkowaniu Twojego życia prywatnego i zawodowego. Pozwoli Ci ona zapanować nad kwestiami związanymi z finansami, relacjami, ze sprawnością fizyczną i nie tylko. Jeśli jesteś programistą lub wykonujesz zadania techniczne w branży IT, uznaj tę książkę za lekturę obowiązkową!

## Dzięki tej książce:

- poprawisz swoje zdolności interpersonalne
- zadbasz o sprawność fizyczną
- poznasz najlepsze strategie inwestowania
- lepiej zorganizujesz swój czas

**Ciesz się ze swojej pracy i popraw jej efektywność!**

**John Sonmez** — programista, nauczyciel, trener osobisty. Pomaga w rozwoju kariery oraz uczy czerpać większą satysfakcję z życia. Jest autorem ponad 50 szkoleń w serwisie Pluralsight. Jego pasją jest upraszczanie rzeczy skomplikowanych.

**Helion**

36711

numer katalogowy

księgarnia internetowa



<http://helion.pl>

zamówienia telefoniczne



0 801 339900



0 601 339900

Sprawdź najnowsze promocje:

• <http://helion.pl/promocje>

Książki najchętniej czytane:

• <http://helion.pl/bestsellery>

Zamów informacje o nowościach:

• <http://helion.pl/nowosci>

Helion SA  
ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice  
tel.: 32 230 98 63  
e-mail: [helion@helion.pl](mailto:helion@helion.pl)  
<http://helion.pl>

sięgnij po WIĘCEJ



KOD KORZYŚCI

ISBN 978-83-283-1111-4



9 788328 311114

Informatyka w najlepszym wydaniu

cena: 69,00 zł