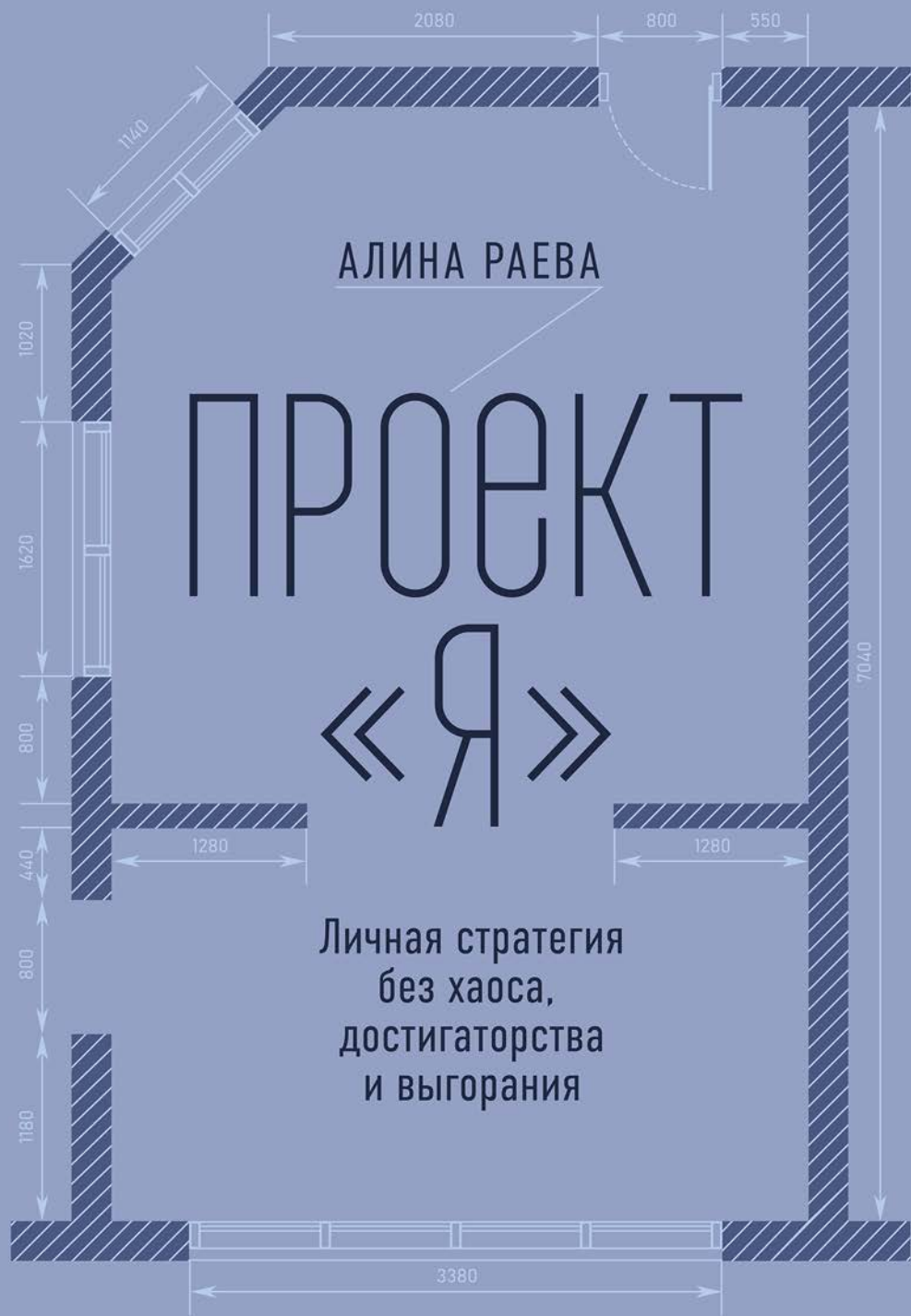




Серия Алины Раевой

АЛИНА РАЕВА

ПРОЕКТ «Я»

Личная стратегия без хаоса,
достигаторства и выгорания

Москва
МИФ
2026

УДК005.21
ББК 65.291.213
Р16

Публикуется впервые

Раева, Алина

Р16 Проект «я»: личная стратегия без хаоса, достигаторства и выгорания / Алина Раева. — Москва : МИФ, 2026. — 208 с. — (Серия Алины Раевой).

ISBN 978-5-00250-895-2

Алина Раева, топовый российский менеджер и дипломированный психолог, предлагает принципиально новый подход к планированию жизни, основанный на стыке двух миров: четкой управленческой логики корпораций и тонкой структуры человеческой психики.

Шаг за шагом книга проведет вас от анализа текущей реальности к созданию гибкой персональной стратегии, чтобы идти к своим истинным целям, не сбиваясь с пути.

УДК 005.21
ББК 65.291.213

*Все права защищены.
Никакая часть данной книги
не может быть воспроизведена
в какой бы то ни было форме
без письменного разрешения
владельцев авторских прав.*

ISBN 978-5-00250-895-2

© Раева А. А., 2026
© Оформление. ООО «МИФ», 2026

Оглавление

Введение	5
Глава 0. Предварительная настройка	27
Глава 1. Где я сейчас	35
Глава 2. Видение	39
Глава 3. Структурирование	104
Глава 4. Цели	144
Глава 5. Планирование	181
Глава 6. Ну-ка все вместе!	192
Заключение	207