

Obsah

Předmluva	9
Úvod — Snězte tu žábu	15
1 Prostřete stůl	21
2 Naplánujte si každý den předem	27
3 Používejte pravidlo 80/20	33
4 Berte v úvahu důsledky	37
5 Naučte se prokrastinovat tvořivě	45
6 Aplikujte průběžně metodu ABCDE	51
7 Soustředte se na oblasti, které přinášejí klíčové výsledky	55
8 Aplikujte Zákon tří	61
9 Než začnete, důkladně se připravte	69
10 Postupujte od barelu k barelu	73
11 Aktualizujte své klíčové dovednosti	77
12 Identifikujte svá nejslabší místa	81
13 Vytvářejte na sebe tlak	87
14 Motivujte se k činu	91
15 Technologie jsou špatným pánem	95
16 Technologie jsou skvělým sluhou	101
17 Soustředte svou pozornost	107
18 Rozdělte úkol na menší části	111
19 Vytvářejte velké časové úseky	115
20 Vypěstujte si smysl pro naléhavost	119
21 Řešte úkoly po jednom	123
Závěrečné shrnutí	127
Poznámky	131
O autorovi	132
Rejstřík	133