

Obsah

Předmluva Wenera Tiki Küstenmachera	9
Pryč s tíhou času!	13

1. Skoncuje s mýty o čase: se simplify budete

mít jasno19

Nenechte se už déle omezovat mýty o čase. *simplify* je vaše cesta ke svobodnému nakládání s časem!

Čas – První mýtus: Nemáte čas?!	31
Čas – Druhý mýtus: Rychleji znamená lépe!	39
Čas – Třetí mýtus: Úspěch má jen ten, kdo toho hodně dělá! ...	47
Čas – Čtvrtý mýtus: Internet a spol. šetří čas!	55
Čas – Pátý mýtus: Multitasking přináší časovou úsporu!...	63
Čas – Šestý mýtus: Přestávky jsou zbytečné!	71
Čas – Sedmý mýtus: Zahálejí jen lenoši!	79

2. Snadno s osobitostí: *simplify* časové typy 87

Zjistěte, jaký jste časový typ. *simplify* vám ukáže, jak svůj čas proměníte v to nejlepší!

Jasný typ: <i>simplify</i> časový test	91
Skutečně hbitý: Turbo typ	97
Ryzí kreativita: Inspirativní (nápaditý) typ	109
Nic mu neuteče: Manažerský typ	121
Vždy naprosto přesný: Exaktní typ	133
Silné stránky pohromadě: Lepší je to v týmu	145

3. Snadná metoda: *simplify* časové nástroje149
Timemanagement ve stylu *simplify* znamená dosáhnout hodně za použití jednoduchých nástrojů! *simplify* časové nástroje vám pomůžou zvládnout hektické všední dny a znovu získat volný čas.

<i>simplify</i> nástroj č. 1: Určit priority.....	157
<i>simplify</i> nástroj č. 2: Správně plánovat	169
<i>simplify</i> nástroj č. 3: Předávat úkoly	185
<i>simplify</i> nástroj č. 4: Zbavit se informačního stresu	197
<i>simplify</i> nástroj č. 5: Udělat pořádek	213

4. Méně, zato lépe!: *simplify* princip 227
Zbavte se zbytečné zátěže a s pomocí *simplify* principů začněte pomalu, ale jistě žít kvalitně.

Snadno a vyváženě: Tak se otáčí mé kolo života	235
Snadno a vizionářsky: To je můj životní sen.....	247
Snadno k cíli: Teď se přání stane skutečností	259
Snadno a dobře: Méně, zato lépe!.....	275

Vydejte se na cestu: Se <i>simplify</i> správným směrem...	293
Se <i>simplify</i> správným směrem.....	295
Hlavně zvolna: <i>simplify</i> pro turbo typy	296
Hlavně kreativně: <i>simplify</i> pro inspirativní typy.....	297
Hlavně více ze života: <i>simplify</i> pro manažerské typy.....	298
Hlavně prvotřídně: <i>simplify</i> pro exaktní typy	299

Literatura.....	300
Rejstřík.....	308