

Produktywność

I. Dlaczego i po co to robić?

II. Co robić? –rozpoznanie ograniczeń

1. Koło życia
2. Oczyszczanie umysłu
3. Cele długodystansowe
4. Odwlekanie

III. Przygotowanie do pracy

1. Zdobywanie wiedzy
2. Proaktywność
3. Złodzieje czasu
4. PWL(prawo wielkich liczb)
5. Systematyczne planowanie

IV. Jak pracować

1. Praca w blokach
2. Rytuał sukcesu
3. Przerwy i przeszkadzacze
4. Zarządzanie energią

V. Podsumowanie