

Inhalt

Vorwort	7
Einführung	13
1. Klarheit – das wichtigste Prinzip persönlicher Produktivität	20
2. Jeden Tag im Voraus planen	26
3. Die 80/20-Regel konsequent anwenden	32
4. Die Auswirkungen bedenken	37
5. Die richtigen Dinge aufschieben	46
6. Prioritäten setzen – die ABCDE-Methode	51
7. Konzentration auf Ergebnisse in den Schlüsselbereichen	56
8. Das Gesetz der drei anwenden	63
9. Das A und O: eine gründliche Vorbereitung	72
10. Ein Ölfass nach dem anderen ansteuern	76
11. Neue Gewohnheiten entwickeln – und sich selbst neu erfinden	80
12. Schlüsselkompetenzen ausbauen	87

13. Die wichtigsten Hemmfaktoren identifizieren	92
14. Sich selbst unter Druck setzen	98
15. Wie Sie sich zum Handeln motivieren	102
16. Lassen Sie die Technologie für sich arbeiten	106
17. Die Aufmerksamkeit fokussieren	113
18. Salomitaktik und Schweizer-Käse-Methode – die Aufgabe in kleine Teile zerlegen	118
19. So schaffen Sie sich große Zeitblöcke	122
20. Entwickeln Sie ein Dringlichkeitsgefühl	126
21. Immer nur an einer Aufgabe arbeiten	131
 Gesprächs- und Arbeitsleitfaden	 135
Die vier Turbo-Booster	140
Anmerkungen	148
Über den Autor	149

Externe Links wurden bis zum Zeitpunkt der Drucklegung des Buches geprüft. Auf etwaige Änderungen zu einem späteren Zeitpunkt hat der Verlag keinen Einfluss. Eine Haftung des Verlags ist daher ausgeschlossen.

Ein Hinweis zu gendergerechter Sprache: Die Entscheidung, in welcher Form alle Geschlechter angesprochen werden, obliegt den jeweiligen Verfassenden.