

Wstęp 8

część 1: Dodaj energii

Rozdział 1: Zabawa 24

Rozdział 2: Moc 52

Rozdział 3: Ludzie 82

część 2: Odblokuj

Rozdział 4: Dąż do jasności 106

Rozdział 5: Znajdź odwagę 136

Rozdział 6: Bierz się do dzieła 160

część 3: Podtrzymuj

Rozdział 7: Zachowuj 180

Rozdział 8: Naładuj akumulatory 206

Rozdział 9: Dostosuj 228

Zakończenie: Myśl jak badacz(-ka) produktywności 258

Podziękowania 264