

Dla kogo jest ta książka?	5
Darmowy podręcznik „krok po kroku”	7
Zwiększ swoją produktywność już teraz dzięki serii książek poświęconych tematyce produktywności	8
Wstęp	9
Czym jest strategiczna produktywność	11

CZĘŚĆ I

SKUTECZNE PLANOWANIE

Dzień 1. Planowanie roku	19
Dzień 2. Upadek domina	25
Dzień 3. Plan na 90 dni	39

CZĘŚĆ II

SKUTECZNOŚĆ VERSUS WYDAJNOŚĆ

Dzień 4. Strategiczne podejście w ciągu dnia	49
--	----

CZĘŚĆ III

INTELIGENTNE MYŚLENIE

Dzień 5. Zadawanie sobie mądrych pytań	67
--	----

CZĘŚĆ IV

SKUTECZNA NAUKA

Dzień 6. Stosowanie zdobytej wiedzy z maksymalną skutecznością	79
--	----

CZĘŚĆ V

ZARZĄDZANIE WŁASNĄ ENERGIĄ

Dzień 7. Dobre zarządzanie energią	113
Zakończenie	125
Wstęp — Dopaminowy detoks (książka 1)	127
Dopamina i jej rola	131
Przewodnik po działaniach	133