

# Оглавление

Успевайте жить! .....	10
От автора.....	12
<b>Часть I. Искусство получать результат.....</b>	<b>17</b>
1. Новая методика для новой реальности .....	18
Проблема: новые требования и недостаток ресурсов .....	20
Перспектива: «состояние готовности» мастера боевых искусств .....	27
Принцип: эффективное управление внутренними обязательствами .....	30
Управление деятельностью как процесс.....	38
Главный шаг: выбросьте все из головы.....	43
2. Как стать хозяином своей жизни: пять этапов завоевания контроля над рабочим процессом .....	47
Сбор проблем воедино.....	49
Обработка задач.....	56
Организация.....	60
Пересмотр проблем.....	72
Действия .....	75

3. Творческий подход к реализации проектов: пять этапов планирования .....	83
Улучшение вертикальной концентрации внимания.....	83
Модель естественного планирования .....	86
Модель неестественного планирования.....	90
Модель реактивного планирования.....	93
Техника естественного планирования: пять основных этапов .....	94
<b>Часть II. Результат без стресса: практика.....</b>	<b>121</b>
4. С чего начать: определение времени, места и инструментария.....	122
Внедрение методики на глобальном или повседневном уровне связано с массой «фокусов» .....	122
Определение необходимого временного промежутка .....	125
Подготовка рабочего пространства .....	127
Подбор необходимых инструментов .....	131
И напоследок. . . ..	145
5. Сбор информации: «загон для рутинных проблем» .....	147
На старт, внимание. . . ..	148
...Поехали! .....	149
Содержимое корзины для входящих материалов .....	164
6. Обработка информации: опустошение корзины.....	166
Правила обработки информации.....	168
7. Сортировка материала: создание «правильных» корзин.....	188
Основные категории .....	189
Сортировка напоминаний о дальнейших действиях .....	192
Упорядочение напоминаний о проектах.....	209
Сортировка данных, которые не требуют активных действий.....	219
Контрольные списки: содержательные напоминания .....	236

8. Пересмотр данных: как поддерживать систему в рабочем состоянии.....	242
На что следует обращать внимание и когда .....	243
Как обновлять систему .....	245
Обзор с точки зрения общей картины.....	252
9. Действия: как выбрать лучший вариант .....	254
Четыре критерия выбора текущих действий.....	255
Модель анализа повседневной работы.....	260
Шестиуровневая модель анализа работы.....	266
10. Контроль над проектами.....	280
Потребность в менее формальной процедуре планирования.....	280
Какие проекты планировать .....	282
Как применить все это в собственной жизни.....	293
<b>Часть III. Сила ключевых принципов .....</b>	<b>295</b>
11. Полезная привычка собирать материал .....	296
Личная выгода.....	297
Внедрение процедуры сбора информации на уровне организаций и отношений.....	306
12. Важность определения дальнейших действий.....	310
Истоки моей методике .....	311
Выбор возможных активных действий.....	312
Почему самые гениальные из нас мешкают дольше всех.....	315
Ценность стандарта принятия решений о дальнейших действиях.....	321
13. Ценное умение ориентироваться на результат .....	327
Ориентация на результат и быстрое достижение цели.....	327
Важность прикладного целевого мышления.....	329
Искусство справляться с заботами.....	331

8 Оглавление

Многоуровневое управление результатами.....	332
Эффективность естественного планирования .....	333
Переход к позитивной организационной культуре .....	334
Заключение .....	337
Благодарности.....	340
Об авторе.....	342
Полезные ресурсы на русском языке .....	343