

УДК 159.923.2  
ББК 88.26-355  
P58

*Издано с разрешения St. Martin's Press, LLC и Nova Littera SIA  
На русском языке публикуется впервые*  
Книга рекомендована к изданию Владиславом Кузнецовым

**Роббинс, С.**

P58 Долой продуктивность! 9 шагов к тому, чтобы работать меньше и успевать больше / Стивен Роббинс ; пер. с англ. Ю. Пиминовой. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014. — 288 с.

ISBN 978-5-00057-183-5

Эта книга о том, как успевать и жить больше, работая меньше. Девять простых правил, описанных в книге, помогут вам побороть прокрастинацию, использовать все возможности современных технологий для экономии времени, фокусироваться на приоритетных задачах и организованно их выполнять, не отвлекаясь на ненужные занятия.

УДК 159.923.2  
ББК 88.26-355

Все права защищены.  
Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.  
Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая фирма «Вегас-Лекс»

**VEGAS LEX**

ISBN 978-5-00057-183-5

© Stever Robbins, 2010  
© Перевод на русский язык, издание на русском языке, оформление.  
ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2014

# Содержание

<b>Введение</b> .....	8
<b>Шаг 1. Живите осознанно</b> .....	17
<b>Шаг 2. Перестаньте прокрастинировать</b> .....	47
<b>Шаг 3. Обуздайте технологии</b> .....	71
<b>Шаг 4. Уничтожьте отвлекающие факторы, чтобы сосредоточиться</b> .....	106
<b>Шаг 5. Будьте организованны</b> .....	135
<b>Шаг 6. Перестаньте разбрасываться временем</b> .....	171
<b>Шаг 7. Оптимизируйте</b> .....	196
<b>Шаг 8. Стройте крепкие отношения</b> .....	221
<b>Шаг 9. Используйте эффект рычага</b> .....	249
<b>Конец... или, скорее, начало</b> .....	271
<b>Благодарности</b> .....	273
<b>Об авторе</b> .....	277