

SPIS TREŚCI

WSTĘP	7
-----------------	---

CZĘŚĆ 1. DOŁADOWANIE

12 TRIKÓW, KTÓRE PODNOSZĄ WYDAJNOŚĆ I DAJĄ

PRZYJEMNOŚĆ Z PRACY	21
WPROWADZENIE	23
DOŁADOWANIE 1. Rano wejdź w tryb mnicha	29
DOŁADOWANIE 2. Idź to przegadać	37
DOŁADOWANIE 3. Ciesz się słuchawkami	43
DOŁADOWANIE 4. Zwalcz chorobę pośpiechu	53
DOŁADOWANIE 5. Skróć tydzień pracy.	59
DOŁADOWANIE 6. Pozbądź się wewnętrznego fabrykanta	69
DOŁADOWANIE 7. Wyłącz powiadomienia	75
DOŁADOWANIE 8. Nie rezygnuj z lunchu	85
DOŁADOWANIE 9. Zdefiniuj swoje normy	93
DOŁADOWANIE 10. Zafunduj sobie cyfrowy detoks.	99
DOŁADOWANIE 11. Wyśpij się	105
DOŁADOWANIE 12. Skupiaj się na jednej rzeczy naraz	109

CZĘŚĆ 2. SYNCHRONIZACJA

8 SPOSOBÓW NA ZGRANIE ZESPOŁU	113
WPROWADZENIE	115
SYNCHRONIZACJA 1. Przenieś czajnik	139
SYNCHRONIZACJA 2. Zaproponuj przerwę na herbatę	145

SYNCHRONIZACJA 3. Skróć spotkania o połowę	151
SYNCHRONIZACJA 4. Zorganizuj spotkanie integracyjne . . .	161
SYNCHRONIZACJA 5. Śmieję się	169
SYNCHRONIZACJA 6. Zenergetyzuj proces adaptacji nowych pracowników	179
SYNCHRONIZACJA 7. Zastąp złego szefa	183
SYNCHRONIZACJA 8. Wiedz, kiedy dać ludziom spokój . . .	193

CZĘŚĆ 3. SYNERGIA

10 SEKRETÓW ENERGETYCZNYCH ZESPOŁÓW	199
WPROWADZENIE	201
SYNERGIA 1. Traktuj pracę jako problem, który musisz rozwiązać	227
SYNERGIA 2. Przyznaj się, jeśli nabroiliśmy	233
SYNERGIA 3. Ogranicz skład zespołu	239
SYNERGIA 4. Skup się na problemie, nie na ludziach	247
SYNERGIA 5. Zorganizuj Hack Week	253
SYNERGIA 6. Usuń komórki ze spotkań	259
SYNERGIA 7. Postaw na różnorodność	265
SYNERGIA 8. Zastąp prezentowanie czytaniem	269
SYNERGIA 9. Przeprowadź analizę <i>pre mortem</i>	275
SYNERGIA 10. Zrelaksuj się	281
EPILOG: #POKOCHAJMIEJSCESWOJEJPRACY	287
BIBLIOGRAFIA	293
WYKŁADY I FILMY Z SERII TED TALKS	297
PRZYPISY	299
PODZIĘKOWANIA	319
INDEKS	321