

Cal Newport

Konzentriert arbeiten

Regeln für eine Welt voller Ablenkungen

Übersetzung aus dem Englischen
von Jordan T. A. Wegberg



REDLINE | VERLAG

Inhalt

Einleitung	7
Teil 1 – Die Idee	25
Kapitel 1: Deep Work ist wertvoll	25
Kapitel 2: Deep Work ist selten.....	52
Kapitel 3: Deep Work ist bedeutsam	74
Teil 2 – Die Regeln	95
Regel Nr. 1: Konzentriert arbeiten.....	95
Regel Nr. 2: Willkommen, Langeweile.....	153
Regel Nr. 3: Verlassen Sie die digitalen sozialen Netzwerke	178
Regel Nr. 4: Legen Sie seichte Tümpel trocken.....	210
Fazit	250
Anmerkungen	257
Stichwortverzeichnis.....	268