

- 15 VORWORT: UMRÜSTUNG FÜR EIN NEUES ZEITALTER DER ARBEIT  
*Scott Belsky, Gründer von Behance*

## EINE FELSENFESTE ROUTINE AUFBAUEN

- 25 DAS FUNDAMENT FÜR EINE EFFEKTIVE ROUTINE LEGEN  
*Mark McGuinness*
- 33 DIE MACHT DER HÄUFIGKEIT NUTZEN  
*Gretchen Rubin*
- 41 DEINE KREATIVEN METHODEN VERFEINERN  
*Fragen & Antworten mit Seth Godin*
- 49 ERNEUERUNGEN IN DEINEN ARBEITSTAG EINBAUEN  
*Tony Schwartz*
- 59 RAUM FÜRS ALLEINSEIN SCHAFFEN  
*Leo Babauta*

## KONZENTRATION IN EINER WELT VOLLER ABLENKUNG FINDEN

- 71 ZEIT FÜR KREATIVES DENKEN EINPLANEN  
*Cal Newport*
- 81 MULTITASKING AUS UNSEREM REPERTOIRE STREICHEN  
*Christian Jarrett*
- 91 UNSERE ZWÄNGE VERSTEHEN  
*Fragen & Antworten mit Dan Ariely*
- 101 LERNEN, INMITTEN DES CHAOS KREATIV ZU SEIN  
*Erin Rooney Doland*
- 111 AUF DICH SELBST EINSTELLEN  
*Scott Belsky*

## DEINE ARBEITSMITTEL BEHERRSCHEN

- 125 E-MAILS BEDEUTUNG VERLEIHEN  
*Aaron Dignan*
- 135 SOZIALE MEDIEN AUFMERKSAM NUTZEN  
*Lori Deschene*
- 145 NOCH MAL ÜBER DAUERVERNETZUNG NACHDENKEN  
*Fragen & Antworten mit Tiffany Shlain*
- 153 ERWACHEN ZU EINER BEWUSSTEN COMPUTERNUTZUNG  
*Linda Stone*
- 163 UNSERE SELBSTSÄCHTUNG WIEDEREINFORDERN  
*James Victore*

## DEINEN KREATIVEN GEIST SCHÄRFEN

- 175 FÜR DICH UND NUR FÜR DICH ERSCHAFFEN  
*Todd Henry*
- 185 DEINEN GEIST TRAINIEREN,  
UM SICH FÜR NEUE ERKENNTNISSE BEREITZUMACHEN  
*Scott McDowell*
- 195 DEINEN GEIST ZUR KREATIVITÄT ÜBERLISTEN  
*Fragen & Antworten mit Stefan Sagmeister*
- 205 SICH VOM PERFEKTIONISMUS VERABSCHIEDEN  
*Elizabeth Grace Saunders*
- 215 SICH LÖSEN  
*Mark McGuinness*

## AUSKLANG: EIN AUFRUF ZUM HANDELN

- 229 WIE PROFESSIONELL KANNST DU WERDEN?  
*Steven Pressfield*

- 238 DANKSAGUNG
- 241 ÜBER 99U
- 243 ÜBER DIE HERAUSGEBERIN
- 244 ANMERKUNGEN
- 248 INDEX