

Esencjalista - Wydanie rozszerzone

Greg McKeown

Esencjalista - Wydanie
rozszerzone

Kategorie:

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Motywacja finans

59,90 zł

numer katalogowy: MO/0279

ISBN: 9788382314984

liczba stron: 288

format: 13 x 21 cm

oprawa: miękka

rok wydania: 2025

Esencjalista. Mniej, ale lepiej – książka, która pomoże Ci odzyskać kontrolę nad własnym życiem i pracą. Ile razy powiedziałeś „tak”, choć intuicja krzyczała „nie”? Zgodziłeś się pomóc, zgłosiłeś do projektu, przyjąłeś dodatkowe obowiązki – tylko po to, by nie sprawić komuś zawodu albo uniknąć konfliktu. A później, z przepracowaniem i frustracją, zadawałeś sobie pytanie: Po co to zrobiłem?.

Greg McKeown, uznany ekspert w dziedzinie produktywności i przywództwa osobistego, w książce „Esencjalista” pokazuje, jak wyjść z tego błędnego koła. To nie kolejna publikacja o zarządzaniu czasem. To manifest działania z intencją. To filozofia życia i pracy, której fundamentem jest jedno pytanie: Czy inwestuję swój czas i energię w to, co naprawdę się liczy?

Czym jest esencjalizm?

Esencjalizm to podejście oparte na świadomym i systematycznym wybieraniu najważniejszych spraw i eliminowaniu reszty. Nie chodzi o to, by robić więcej w krótszym czasie, ale o to, by robić właściwe rzeczy – mniej, ale lepiej.

McKeown nie zachęca do bycia bardziej zajęтым. Wręcz przeciwnie – pokazuje, jak pozbyć się nadmiaru, odzyskać przestrzeń mentalną i skoncentrować się na działaniach o najwyższej wartości.

Jeśli:

Czujesz się rozproszony i wiecznie zabiegany,

Masz wrażenie, że Twoja praca nie przynosi efektów,

Zajmujesz się wszystkim i niczym jednocześnie,

Brakuje Ci jasnych priorytetów,

...to „Esencjalista” jest lekturą, której właśnie teraz potrzebujesz.

Kluczowe idee zawarte w książce

Dlaczego „nie” to najpotężniejsze słowo produktywności.

Jak odróżniać sprawy istotne od nieistotnych.

W jaki sposób odzyskać kontrolę nad własnym harmonogramem.

Jak tworzyć więcej przestrzeni do refleksji, kreacji i regeneracji.

Dlaczego mniej zobowiązań = więcej satysfakcji.

Kim jest Greg McKeown?

Greg McKeown to międzynarodowy mówca, autor bestsellerów „New York Timesa”, doradca liderów i przedsiębiorców z Doliny Krzemowej. Jego koncepcje wdrażają takie firmy jak Apple, Google, Facebook, Twitter, Salesforce czy LinkedIn. Jest wykładowcą Stanford Graduate School of Business i laureatem tytułu Młodego Globalnego Lidera Światowego Forum Ekonomicznego.

Na co dzień McKeown inspirował ludzi do upraszczania, klarowności i życia w zgodzie z wartościami. Jego artykuły publikowane są w Harvard Business Review, a jego podcast i wystąpienia gromadzą miliony słuchaczy na całym świecie.

Opinie o książce Esencjalista

„Ta książka zawiera klucz do rozwiązania jednej z największych zagadek współczesnego życia: jak robić mniej, a osiągać więcej.”

— Adam Grant, autor bestsellera Buntownicy

„Esencjalizm to filozofia, której potrzebuje każdy lider. Przejrzysta, aktualna i rewolucyjna.”

— Daniel H. Pink, autor Drive i Kiedy

„Greg McKeown pokazuje, jak podejmować tylko najlepsze decyzje i skutecznie odrzucać wszystko inne.”

— Reid Hoffman, współzałożyciel LinkedIn

Dlaczego warto przeczytać Esencjalistę?

Bo w świecie pełnym szumu, obowiązków, powiadomień i fałszywych priorytetów, największym luksusem staje się selektywność. Umiejętność skupienia się na tym, co naprawdę ważne – w pracy, życiu osobistym, relacjach i rozwoju.

„Esencjalista” to nie tylko książka. To zmiana perspektywy. Jeśli czujesz, że utknąłeś w biegu bez sensu, zacznij od zrobienia jednej rzeczy: przeczytaj tę książkę.