Produktivita na druhú

- Konzultácie
- www.porazskolu.sk/sv29
- **Tu si stiahni veci**
  - www.porazskolu.sk/29-zdroje
  - **Začíname o 19:00**
- **Postup v kurze**
  - **Prebrali sme**
    - Techniky efektívneho učenia
    - Strom predpokladov
    - Strom pritomnej reality
    - Riešenie konfliktov a strachov
      - Vyparovací oblak
      - Injekcie
      - Víťazstvo nad strachmi - emocionálna sloboda
    - Strom budúcej reality
      - SBR 1
      - SBR 2
      - Strom budúcej reality
    - Ultra Produktivita
      - Extrémne efektívne riešenia pre explóziu tvojej produktivity
      - Nie tak nadpozemské NOOOropiká
      - Prespi sa k produktivite
  - **Pondelok**
    - Ultra produktivita
      - Ďalšie nástroje a postupy
  - **Streda**
- **Totálny prehľad odrobených hodín**
  - **Tabuľka koľko ti čo trvalo**
  - **Tabuľka denného managementu**
- **Iný systém voľných dní**
  - **žiadne 5-2**
  - **2-1-2-2 ideálne**
  - **3-2-1-1**
  - **3-1-2-1**
  - **Podnikateľský atlét**
    - Jeden deň hlavný projekt
    - Jeden deň administratíva, management, príprava ďalšieho projektového, alebo oddychového dňa
    - Oddychový deň
      - 24 hodín, kde nerobím absolútne nič spojené s podnikaním, alebo učením
    - 2-1
    - 2-2
- **Ako byť produktívny a nevyhorieť**
  - **Buduj 6 stien**
    1. Perspektíva, vízia. na čo sa tešíme
    2. Ľudia, o ktorých sa môžeme oprieť
    3. Naši priatelia. Ľudia, ktorým dôverujem a s kým si môžem vyliať srdce
    4. Dobré vzťahy na pracovisku
    5. Stojím pevne na jednom mieste a nepozerám sústavne, že tam inde by bolo lepšie
    6. veci, ktoré nás presahujú
       - kultúra
       - umenie
       - dobro
       - krása
       - nádej
  - **Max Kašparú**
- **Cieľ je vyprodukovať, nie mať veľa odrobených hodín**
  - **Pri vysokom množstve odrobených hodín klesá tvoja schopnosť byť produktívny**
    - Zanedbávaj dotatné časti 6 stien
    - Raketové zvýšenie produktivity
      - Vyhraď si na prácu 2-4 hodiny denne maximálne
      - Pracuj AKO DRAK
        - Aplikuj všetky poznatky, ktoré si sa dozvedel
      - Choď sa relaxovať
    - Ja dnes
      - Povedal som s, že dnešok by bol pre mňa úspešný, keby som vymyslel lekcie na 2 týždne dopredu - za 1 deň
      - A hmmm... aké by to bolo, keby som ich vymyslel za 4 hodiny, miesto 6 a mal čas na tréning?
      - Prásk a vytvoril som 7 lekcií
        - 2 kávy
      - Teraz idem na tréning, ktorý by som si inak nemohol dovoliť,
      - Pokom pôjdem na masáž
      - Pokom sa budem hrať na PC
    - Pokuta
      - Pracuj menej času
      - Pracuj v nesmierne vysokom nasadení
      - Relaxuj od práce
        - Stretávaj sa s ľuďmi
        - Hrávaj sa PC hry
        - Zabávaj sa
        - Spi
    - Cvičenie
      - 1 týždeň
        - Pracuj iba 2 hodiny denne
          - Najprv takmer nič nespravíš
          - Pokom budeš pracovať akO drak
      - 2 týždeň
        - Začni postupne zvyšovať tokto množstvo
- **Zbav sa toho informačného pretlaku pre maximalizáciu tvojho sústredenia**
  - **Teória**
    - Pozri si prvú pokovicu prvej lekcie
    - Urob si plán tvojich činností, aby si vedel, na čo sa máš vykašľať
  - **Sústreďuješ sa na správne veci?**
    - Pozorovať je drahocenná schopnosť, ktorú mnohí denne plytvajú.
    - Ak sa sústredíš na nesprávne veci, nebudeš úspešný.
    - Ak sa sústredíš na priveľa veci, nebudeš úspešný.
    - Môj úspech, prinajmenšom jeho časť, bol spôsobený tým, že som sa sústredil len na niekoľko vecí.
      - (Bill Gates)
  - **Informačný pretlak je symptóm**
    - Vieš, aké informácie potrebuješ, aby si bol úspešný?
      - Existuje určitá konkrétna informácia, ktorá ťa počúnie dopredu... Vieš, čo to je?
        - Ak je všetko dôležité...tak nič nie je dôležité.
        - Máš systém manažovania vedomostí?
        - Existuje
          - Urči si svoje ciele.
          - -
          - Urči si rozhodnutia a činy, ktoré musíš vykonať.
          - -
          - Urči si, aké informácie potrebuješ.
    - Je na čase používať informácie na to, aby si vystúpil z davu.
  - **Rozdiel medzi dátami a informáciami**
    - Porozumenie dátam
      - Dáta sú všetky fakty, čísla, nápady, filozofie, taktiky, všetko, čo niekto píše alebo písomne zverejní.
      - Dáta sa stávajú informáciami až vtedy, keď sú spojené s akciou.
    - Dáta
      - Skutočná múdrosť nepochádza len zo samotných informácií. „Dáta nie sú informáciami, takisto ako 50 tón cementu nie je mrakodrapom."
      - Peter Drucker, kniha Efektívne Executive: „Aj najvačšie múdrosti, ktoré nie sú spojené s akciou a správaním, ostanú len bezvýznamnými dátami."
    - Čo sú informácie
      - Prvým krokom v zdolaní tejto obrovskej skládky dát je preformulovať svoj spôsob vnímania informácií.
      - Je rozdiel medzi dátami a informáciami.
      - Aké vlastnosti má informácia?
        - Rozvnako ako pobiarny hlásič, mala by byť:
        - Relevantná – netrápi ťa, ak alarm hučí vonku na ulici.
        - Presná – stáť pred hotelom o druhej ráno a v zime nie je nikdy príjemné, hlavne ak to spôsobil falošný alarm.
        - Aktuálna – alarm by mal zaznieť skôr než budú jazyky plameňov olizovať svoje nohy.
        - Úplná – ak chýba zvonček, nebudeš hodný počuť.
        - Jednoduchá – Oznámi nám to zrozumiteľnejšie než Onnam z reproduktorov.
      - Nejaké ďalšie požiadavky?
        - Nuž, informácie by mali byť používané. Ak hučí alarm, pošliaha je hotúca a citiš spáleninu, pravdepodobne nie je dobrý nápad požiakovať sa pod budovu.
        - Čo je najdôležitejšie pri informáciách?
          - Tu sú 3 vlastnosti, ktoré považujem za primárne požiadavky na informáciu:
            - • Relevancia
            - • Presnosť
            - • Aktuálnosť
            - ...vďaľ danej záležitosti.
  - **Dáta verzus informácie**
    - Rozdiel spočíva vo vzťahu k rozhodnutiu alebo akcii.
    - Musíš vedieť, aké akcie musíš vykonať aké rozhodnutia musíš učiniť, inak bude všetko dotatné irelevantné a budeš zahltený informáciami.
  - **Rozdiel medzi „práve včas" a „iba v prípade, že"**
    - Problém je, že neustále myslíme na to, čo by sme v budúcnosti mohli potrebovať a tak si myslíme dáta s informáciami.
    - Mali by sme myslieť na informácie ako na dáta, ktoré potrebujeme, aby sme na ich základe premenili rozhodnutia na činy.
    - Dáta sa stávajú informáciami iba v prípade, že je vykonané rozhodnutie.
    - **PRÍKLADY**
      - Nesprávne
        - čítam si články na internete o tom, ako sa sproprogovať
          - znalosť Online marketingu ma čaká až o pol roka
          - neaktuálne
          - vrchólná strata času
        - počerám si semináre osobného rozvoja, ktoré mi chodia na mail
          - nerelevantné - nerieši môj koreň problému
        - počerám si články, ktoré sú zdarma
          - Neúplné a nepresné - úplné a presné sa v 90% prípadov predáva
      - Správne
        - Môj koreň problému je nízka sebadôvera
          - UROBÍM TO
            - Aké informácie, cvičenia, semináre potrebujem, aby som si zvýšil sebadôveru?
        - Môj momentálny problém je nedostatok marketingových skúseností
          - Aký kurz je najlepší?
          - Kde hovoriť o tom, že chcem robiť niečo?
          - Vie mi hocniekto poslať s kamarátov?
          - Aha, viac sa mi oplatí hoľ kúpiť osobne kvôli konzultáciám
            - 1 krátky kvalitný kurz + konzultácie naživo = použitie v praxi
            - >>>>>>>>>>
            - 500 000 článkov o tvojej téme
  - **Prečo chcú mať internetoví marketéri často viac informácií**
    - **RIEŠENIE - EXPERIMENTUJ**
    - Ako vedieť, čo funguje?
  - **Ako prestať prokrastinovať**
    - Väčšina prokrastinátorov sa bude musieť zamerať na skutočné problémy - skrytý strach, pocity, ktoré zaujímajú a iracionálne myšlienky.
    - Približne tretine prokrastinátorov môže veľmi pomôcť systém, založený na kalendári/časovom plane, ak ho používajú.
    - Prečo by si si ale nemohol zaznamenávať to, ako sa vyhýbaš dôležitým úlohám? Napríklad:
      - Aké výhovorky si použil?
      - Čo si robil namiesto práce?
      - Aký bol výsledok?
    - Hlavné rozptýlenia prokrastinátorov
      - 1. Útek pred akciou – robiť niečo, čo nie je priorita (pozeráš televíziu, surfuješ, ješ, hráš sa, umývaš a upratuješ).
      - 2. Mentálne výhovorky – urobím to zajtra, najprv urobím len tuto jednu menej dôležitú vec, atď. ...
      - 3. Emocionálne rozptýlenia – užívanie drogy, počúvanie hudby, čítanie románov, príliš angažovanosť v sociálnom živote.
  - **Používaj návody z prvej lekcie**