



Zvládám víc, dělám méně

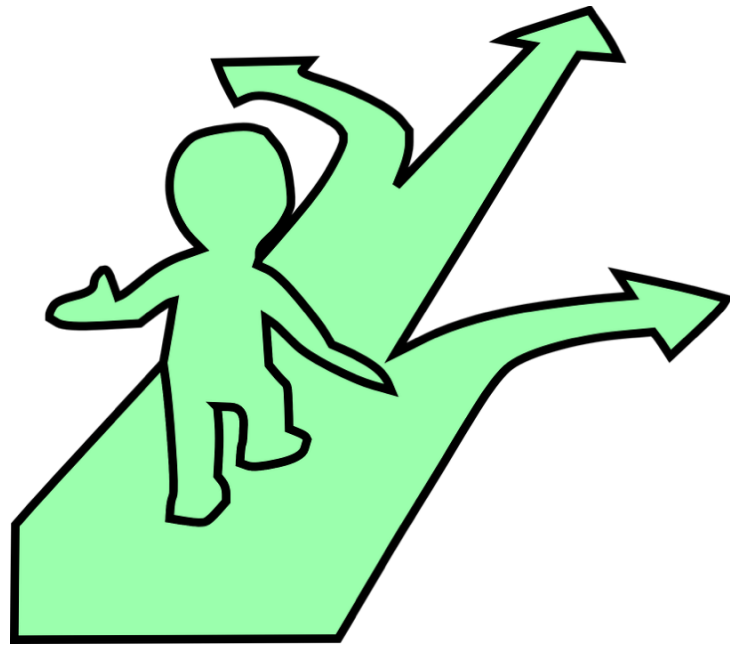
Vyplujte za svými sny

Roman Slivka, PMP®
Deputy Project Executive





Uvědomění a zodpovědnost

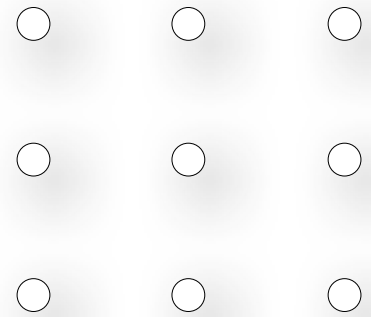


Proč neustále tvrdíme, že nestíháme?



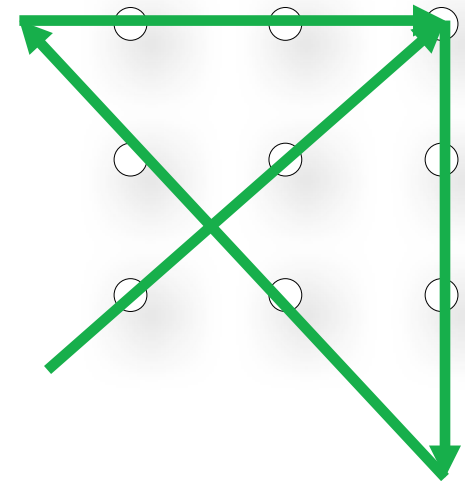
Devět teček

Spojte jedním tahem
devět teček
čtyřmi rovnými čarami.



Devět teček

Spojte jedním tahem
devět teček
čtyřmi rovnými čarami.

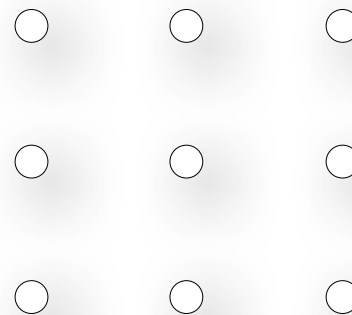


Devět teček

A co třemi?

Dvěma?

Jednou?



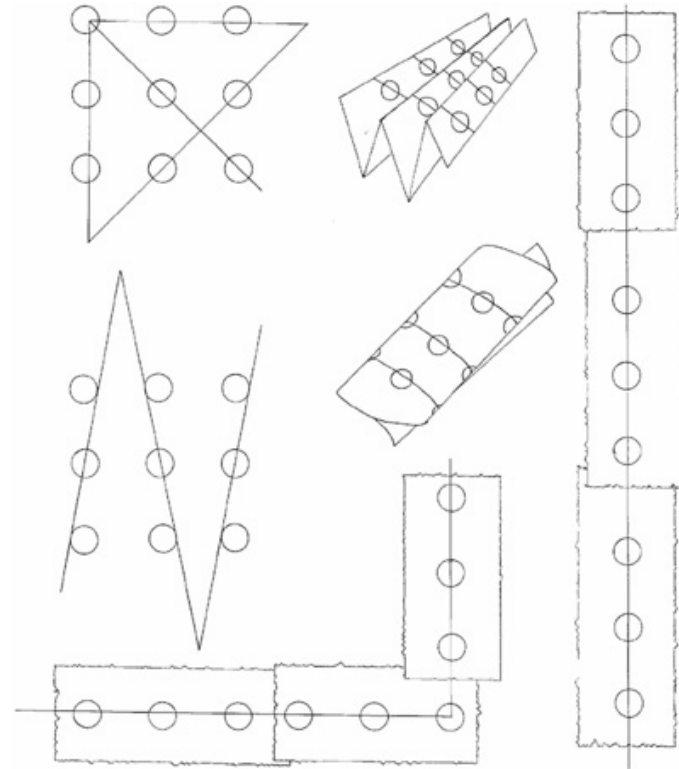
Je **ČAS VZÁT SE** toho co jste
a jak jste dělali doposud

Devět teček

A co třemi?

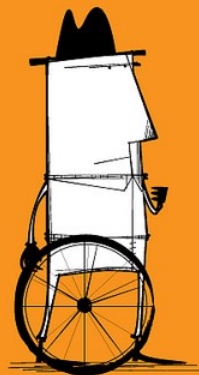
Dvěma?

Jednou?



Je **ČAS VZÁT SE** toho jakým
způsob vnímáme čas.

EH..... ???



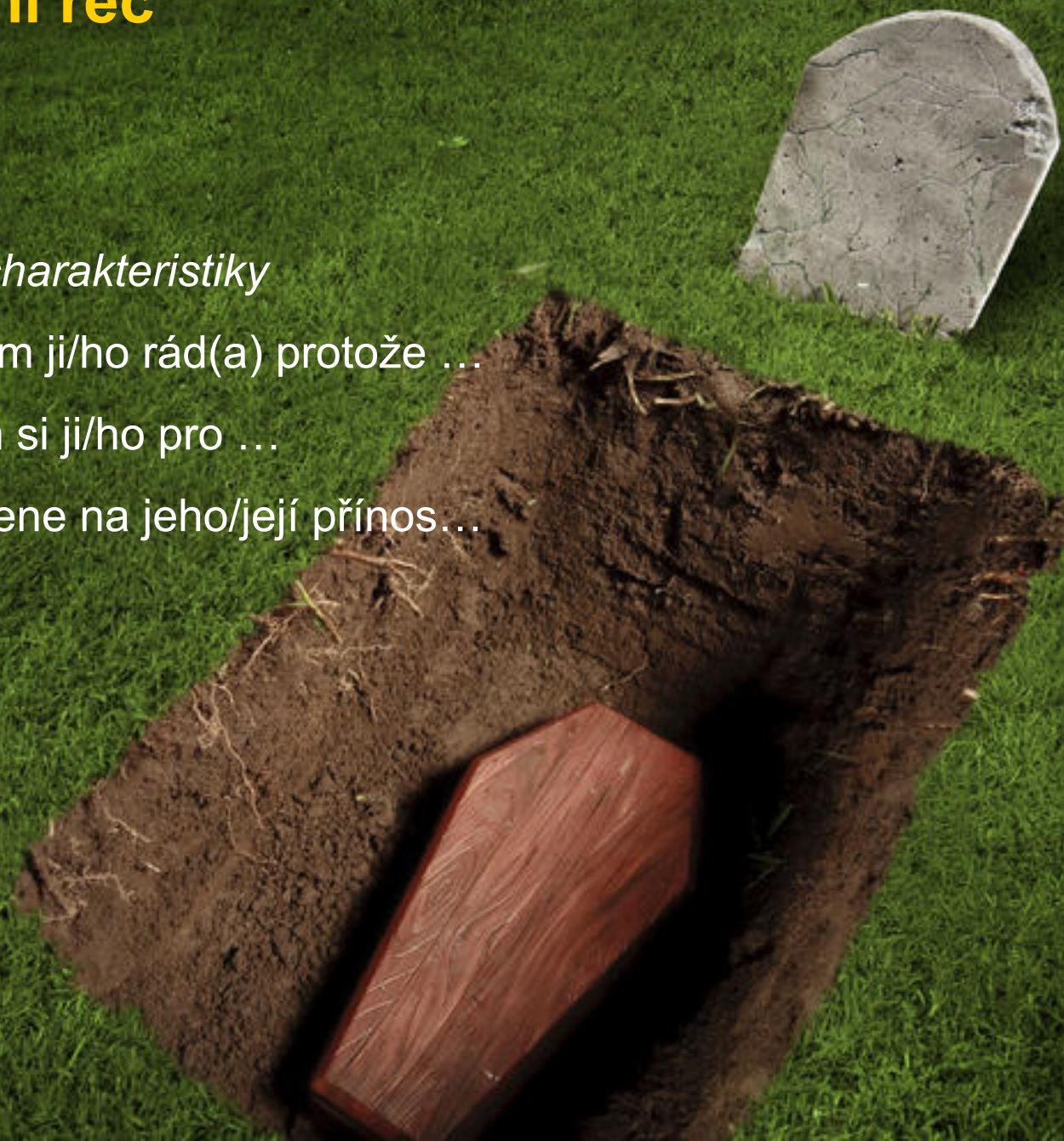
NEOBTĚŽUJTE!
NEMÁM ČAS, NESTÍHÁM!





Pohřební řeč

- Byl(a) ... *charakteristiky*
- Měl(a) jsem ji/ho rád(a) protože ...
- Vážil jsem si ji/ho pro ...
- Nezapomene na jeho/její přínos...



Čím chci naplnit svůj život...



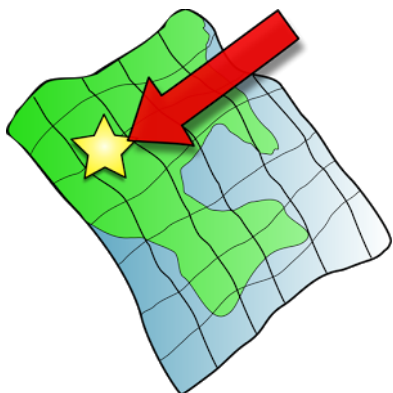
- Jsem ...
- Ostatní mě uznávají a váží si pro ...
 - Můj život naplňuje ...
 - V práci dělám ...

Co z toho teď dělám ...



- Jsem ...
- Ostatní mě uznávají a váží si pro ...
 - Můj život naplňuje ...
 - V práci dělám ...

Kde jsem a co udělám šel za svým snem...



- Jsem ...
- Ostatní mě uznávají a váží si pro ...
 - Můj život naplňuje ...
 - V práci dělám ...

Můj den

| | Čas [minuty] | Důležitost [1 až 10] | Urgentnost [1 až 10] |
|-------------|--------------|----------------------|----------------------|
| Aktivita 1 | | | |
| Aktivita 2 | | | |
| Aktivita 3 | | | |
| Aktivita 4 | | | |
| Aktivita 5 | | | |
| Aktivita 6 | | | |
| Aktivita 7 | | | |
| Aktivita 8 | | | |
| Aktivita 9 | | | |
| Aktivita 10 | | | |

1 nejnižší
10 nejvyšší



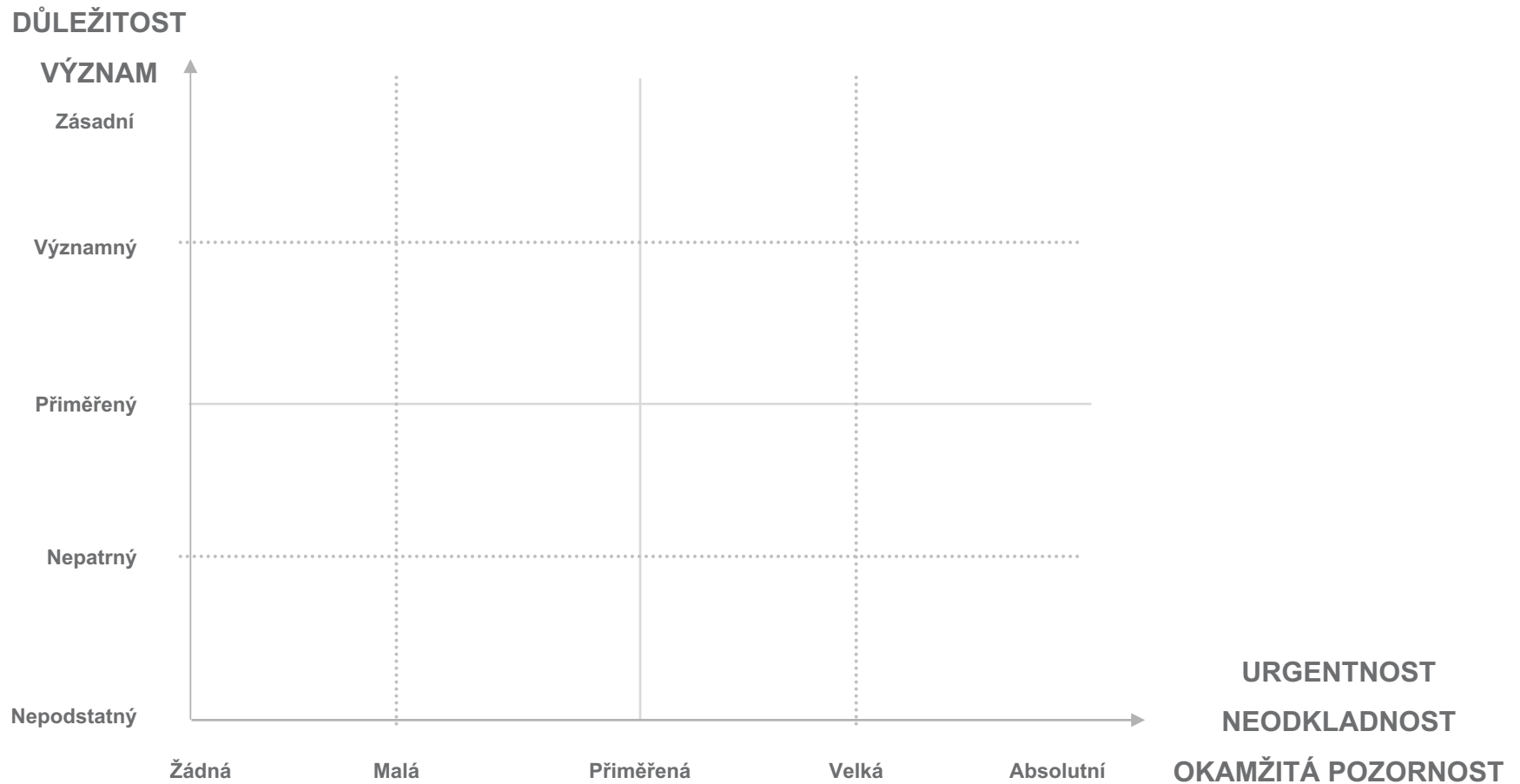
Můj den

| | Čas [minuty] | Důležitost [1 až 10] | Urgentnost [1 až 10] | Plán |
|-------------|--------------|----------------------|----------------------|------|
| Aktivita 1 | | | | |
| Aktivita 2 | | | | |
| Aktivita 3 | | | | |
| Aktivita 4 | | | | |
| Aktivita 5 | | | | |
| Aktivita 6 | | | | |
| Aktivita 7 | | | | |
| Aktivita 8 | | | | |
| Aktivita 9 | | | | |
| Aktivita 10 | | | | |

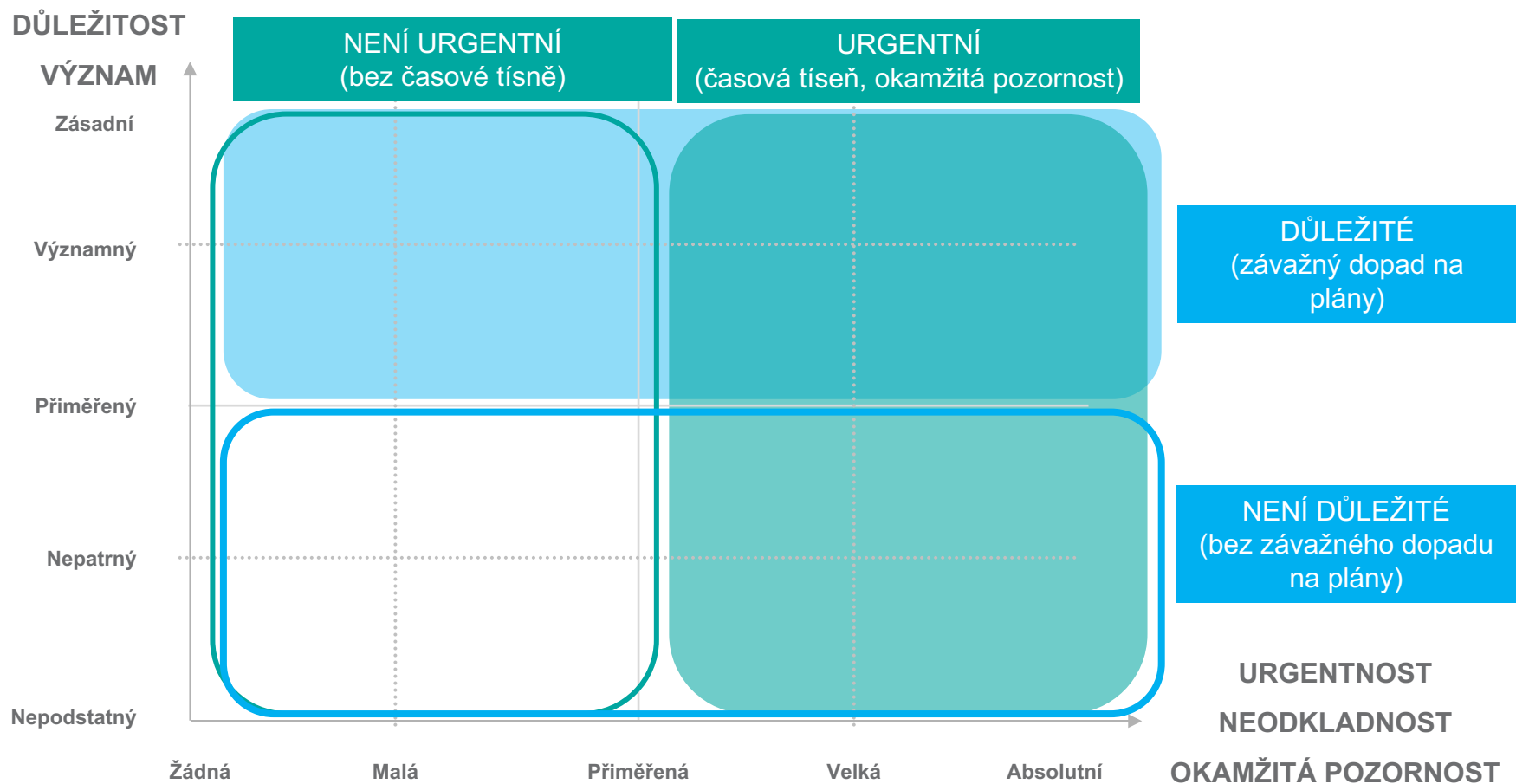
1 nejnižší
10 nejvyšší



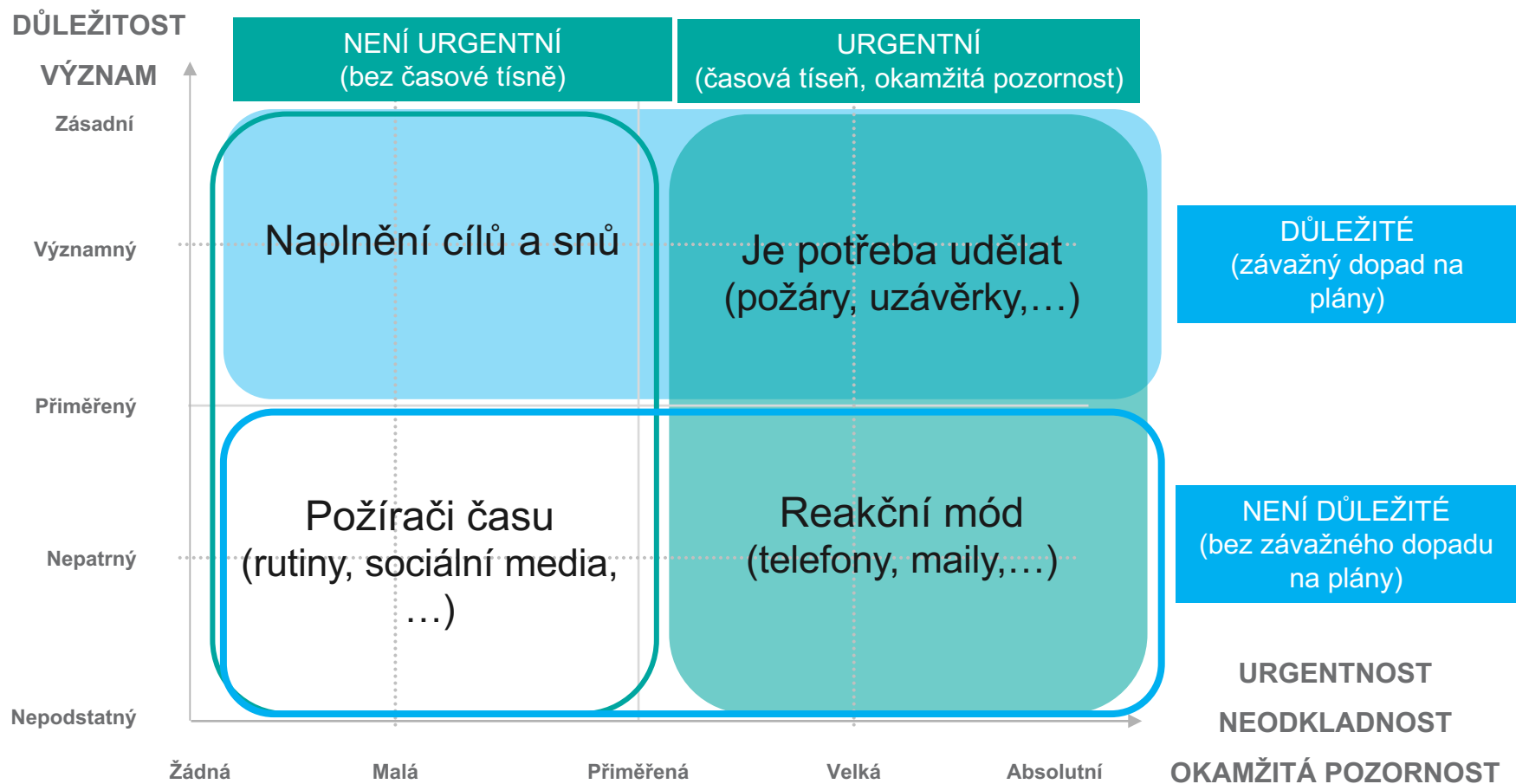
Můj den - přehled



Krok za životními plány



Krok za životními plány



Krok za životními plány



Kam zaměřit pozornost

| | NENÍ URGENTNÍ (bez časové tísně) | URGENTNÍ (časová tíseň) |
|--|-------------------------------------|------------------------------|
| DŮLEŽITÉ (závažný dopad na plány) | Řídit (klíčová položka plánu) | Vyhradit prostor |
| NENÍ DŮLEŽITÉ (bez závažného dopadu na plány) | Omezit (kontrolovat) | Zbavit se (nevede k cíli) |

Proč nestíháme?

Které věci nestíháme?

Které věci chceme stíhat?

Kde chceme být? (CÍL)

~~Proč potřebujeme?~~

~~Které věci nesunáme?~~

Které věci chceme stíhat?

Kde chceme být? (CÍL)

Čas jsou peníze

Jak hospodaříte
s penězi?







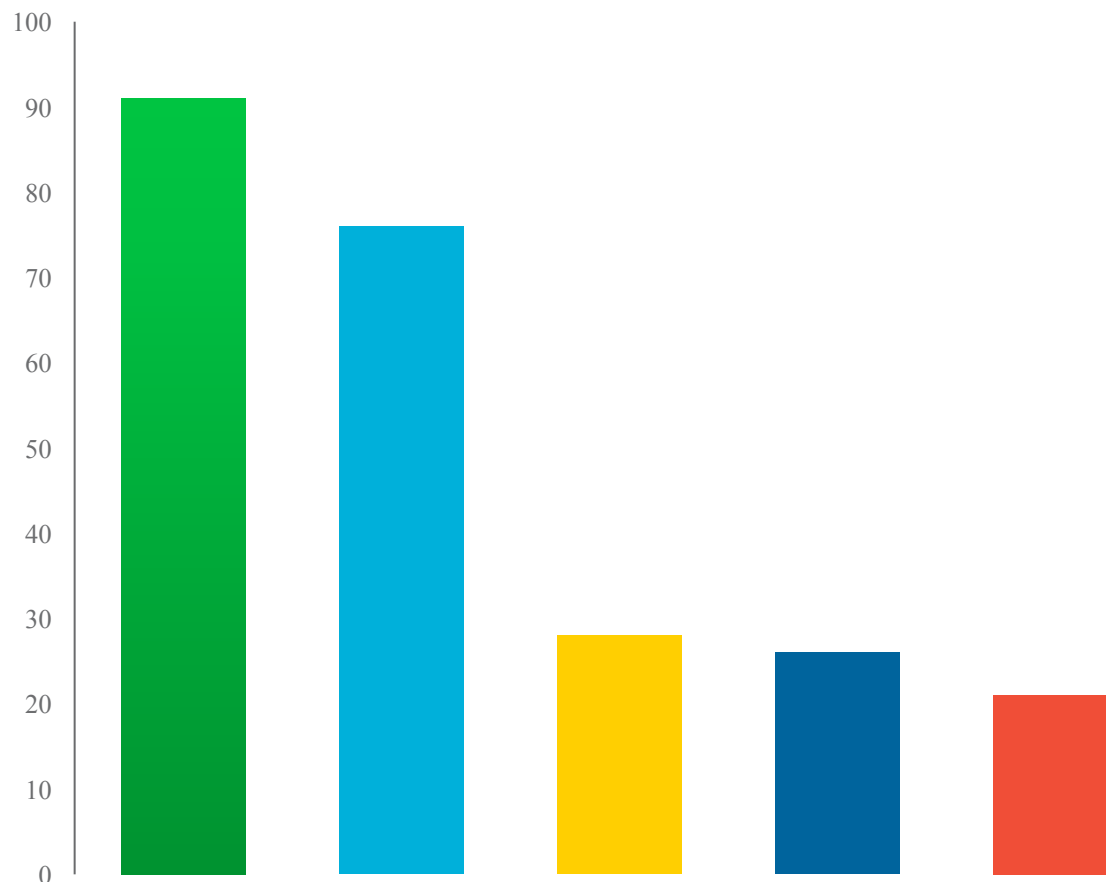
RUTINY
TELEFONY
MAILY
NEOHLÁŠENÉ NÁVŠTĚVY
FACEBOOK

...

ZLODĚJI

Základní prvky rozpočtu

- Povinné výdaje
 - Fixní
 - Proměnlivé
- Rezervy
- Investice
- Půjčky



Položky rozpočtu

| Položka | Co znamenají | Finance | Čas |
|-------------------|--------------------------------------|---|-----|
| Fixní výdaje | Nutno počítat, nelze změnit | Nájem, Elektřina, Plyn, Pojištění, Internet | |
| Proměnlivé výdaje | Existují, ale můžeme ovlivnit | Jídlo, Oblečení, Benzín, Nákupy, Koníčky, Dovolená, Dárky | |
| Rezervy | “Pojištění” - příprava na stav nouze | Pro jistotu na požáry | |
| Investice | Zhodnocuji budoucnost | Důchodové spoření, Dluhopisy, Akcie | |
| Půjčky | Žiju na úkor zítřku | Hypotéka, Kreditní karty, Půjčky | |

Položky rozpočtu

| Položka | Co znamenají | Finance | Čas |
|-------------------|--------------------------------------|---|--|
| Fixní výdaje | Nutno počítat, nelze změnit | Nájem, Elektřina, Plyn, Pojištění, Internet | Porady, Koníčky, Sebevzdělávání |
| Proměnlivé výdaje | Existují, ale můžeme ovlivnit | Jídlo, Oblečení, Benzín, Nákupy, Koníčky, Dovolená, Dárky | Kontroly, Úkoly, Projekty |
| Rezervy | “Pojištění” - příprava na stav nouze | Pro jistotu na požáry | Open door, Neznámé, Požáry |
| Investice | Zhodnocuji budoucnost | Důchodové spoření, Dluhopisy, Akcie | Strategie, Řízení (příprava, vyhodnocení, shrnutí) |
| Půjčky | Žiju na úkor zítřku | Hypotéka, Kreditní karty, Půjčky | Práce bez konceptu, zloději času, prokrastinace |



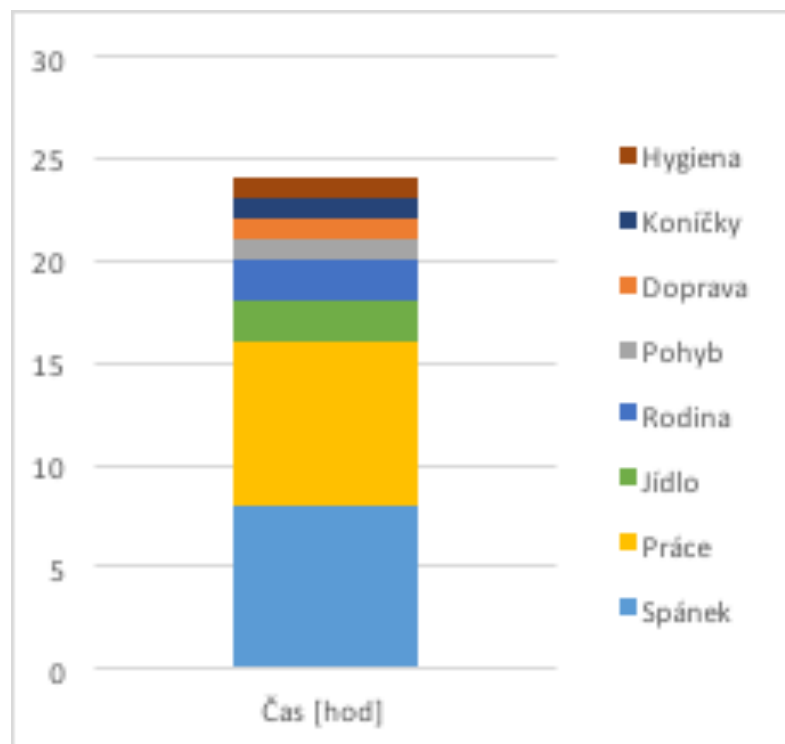
Můj den

| | Čas [minuty] | Důležitost | Urgentnost | Plán | Finance |
|-------------|--------------|------------|------------|------|---------|
| Aktivita 1 | | | | | |
| Aktivita 2 | | | | | |
| Aktivita 3 | | | | | |
| Aktivita 4 | | | | | |
| Aktivita 5 | | | | | |
| Aktivita 6 | | | | | |
| Aktivita 7 | | | | | |
| Aktivita 8 | | | | | |
| Aktivita 9 | | | | | |
| Aktivita 10 | | | | | |

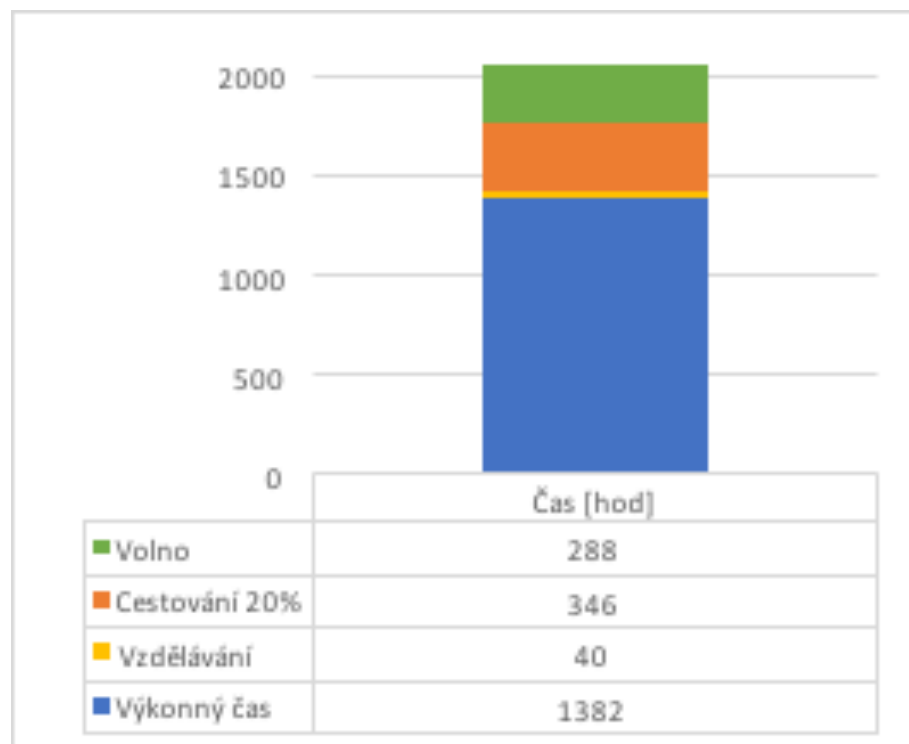
Fixní, proměnlivý, rezerva, investice, půjčka



Jaký je náš rozpočet?

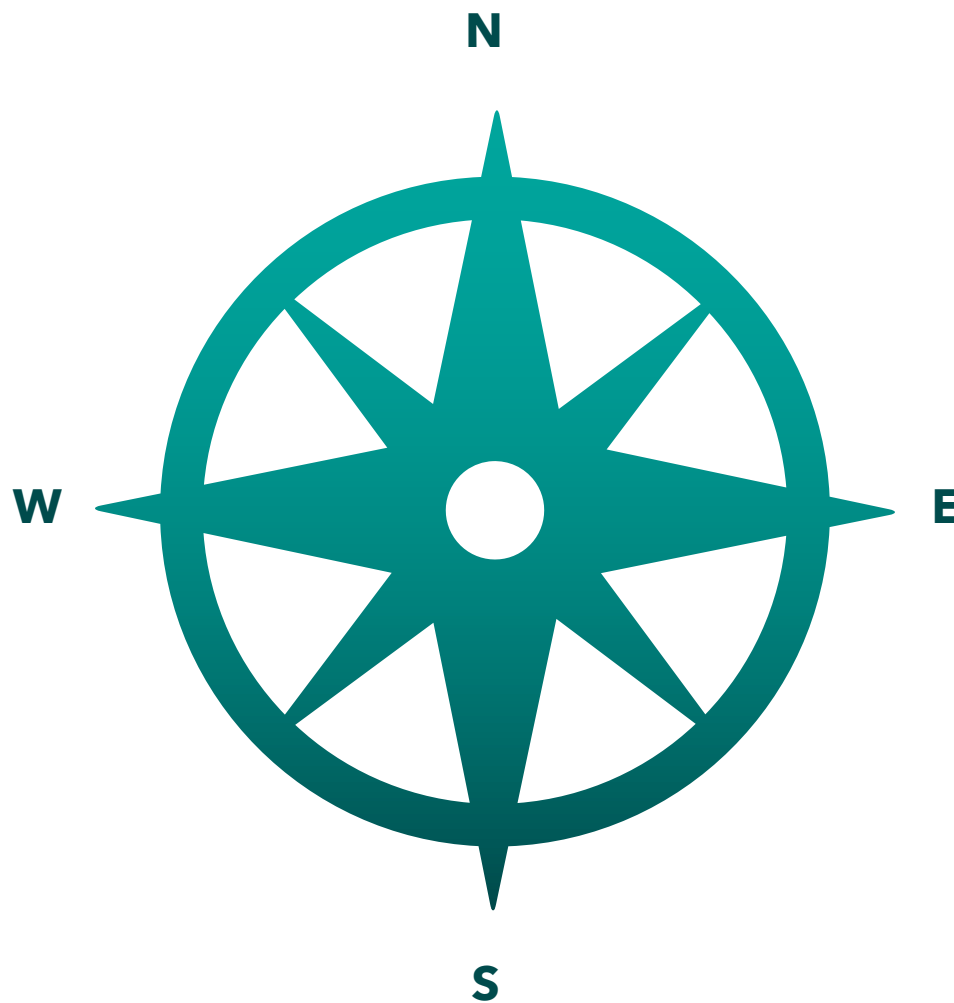


24 hodin



1382 hodin

Jak vytvořit plán, který povede k cíli



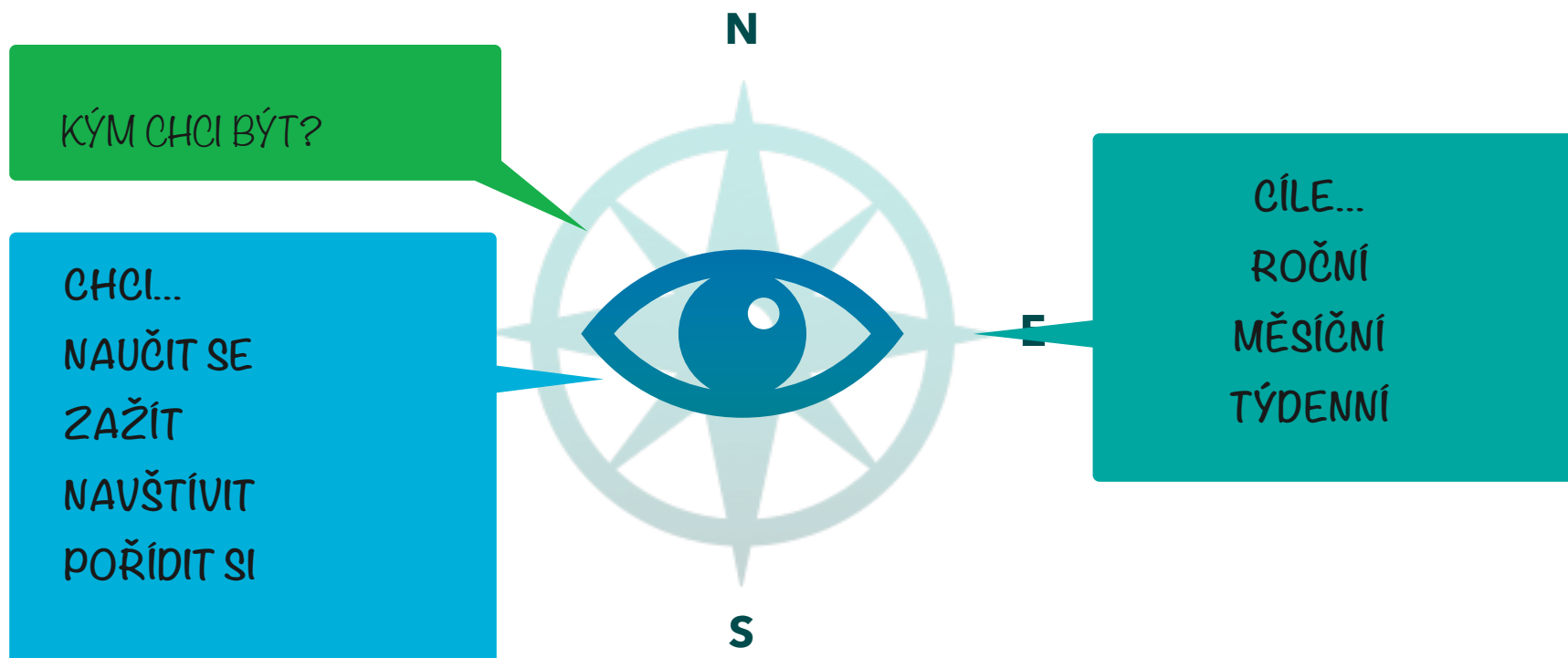
Krok první - kam chci jít (jaký je můj cíl)

KÝM CHCI BÝT?

CHCI...
NAUČIT SE
ZAŽÍT
NAVŠTÍVIT
POŘÍDIT SI



Krok druhý – kudy půjdu (jaké jsou mé kontrolní body)



Krok třetí - plán

Kde chci být?



Které věci mě posunou k cíly?



Kolik času jim vyhradím?

Týdenní plán

- ▶ Priorita
 - ▶ existuje pouze jedna
- ▶ Cíle
 - ▶ Osobní, Pracovní
- ▶ Úkoly, Schůzky
- ▶ Přání
- ▶ Zpětná vazba

Týden 36

JAKÝ JE MŮJ BUSINESS PLAN?

- FIREMNI

JAKO SI VYTVOŘÍM BUDOVANÍ??

- ČAS

Rovnou má jasnou představu
o tom jak bude v budoucnosti.

jaký je, co chce dělat

Poplet se s Matinem

↙ Cesta do Prahy

↘ NIS Jan/Christian

→ TDI, others

→ INNOVATION

→ HOW TO SHOW/SELL

? ANDREA? (IBM/SECURIT)

Projektová ČT

- defraud kvoby

Konze

- Fojal, Petr, Radim, Rája, Nidal

Meeting s Matinem mi pomohl pochopit kam
a kudy jít, resp. kde se bude
dělat resourcy s jinými představami

JSEM NITĚJŠÍ

Přítel jsem naposal stolu - udělal dres

představu matu

Angli si mohli vyhodit kulturu potěšující potpou
od 11, ale tu má - dce je jen na mě

Klíčové prasty

- lidé a cení svých řešení

- meeting v coaditru aw - nahradit to
jako notat - Cuccis/Más zájem ještě

o další způsob řešení

- vnitřní přítomnosti je klíčové

Vnitřní co dělat → poznat sám
sebe ⇒ COACHING/DESIGN THINKING

Adverzi a lidé prožívají - nabízí TED

- Planning to fail ⇒ není plán není
výsledek

- když něco máš předstívej, že to není
když něco nemáš, předstívej že to máš

VNÍMEJ OKAMŽIK

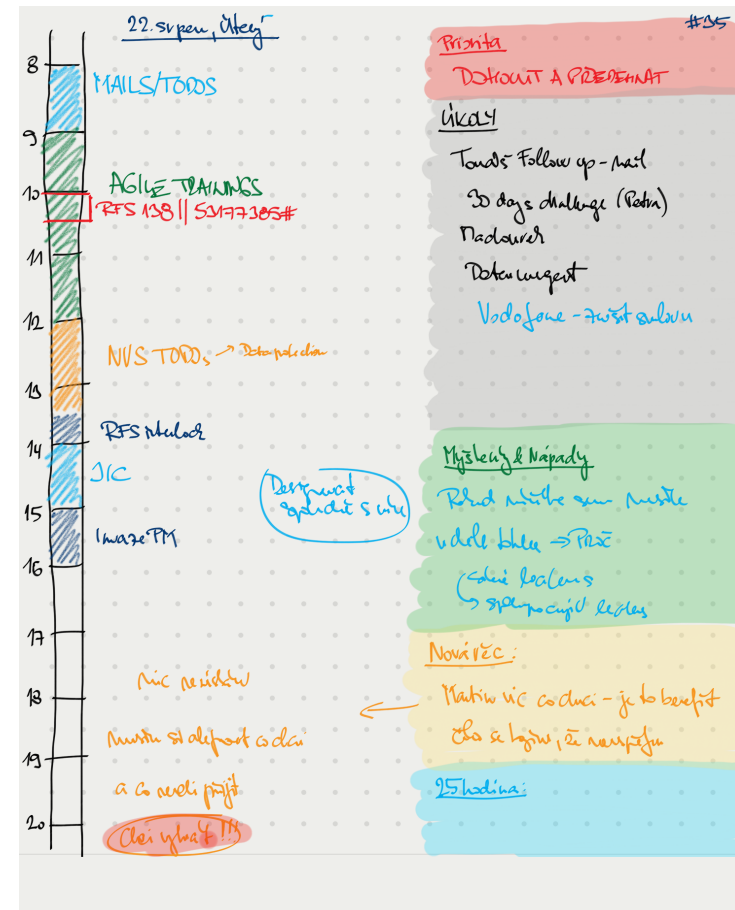
Denní kalendář - stavební bloky

- Priorita
- Plánování, souhrn a zpětná vazba
- Práce na cílech
 - osobní (rodina, zdraví, koníčky)
 - pracovní (vzdělání, projekty, ...)
- Úkoly a porady
 - Příprava, zápis
- Volné místo
 - požáry a nečekané věci
- Open door
- Maily



Denní kalendář - plánování, souhrn a zpětná vazba

- Plánování dne - první aktivita, než začnu cokoli dělat
- Souhrn dne - poslední aktivita, příprava na zítřek
- Zpětná vazba
 - Co jsem zvládnul a co ne
 - Co není zvládnuto, je to třeba udělat?
 - Poznámky
 - Seznam zajímavých knížek, videí, presentací
 - Myšlenky, nápady
 - Co nového jsem se naučil
 - 25. hodina
 - Kdybych měl 25. hodin, co bych s ní udělal



Pravidelná sebereflexe - týden, měsíc, rok

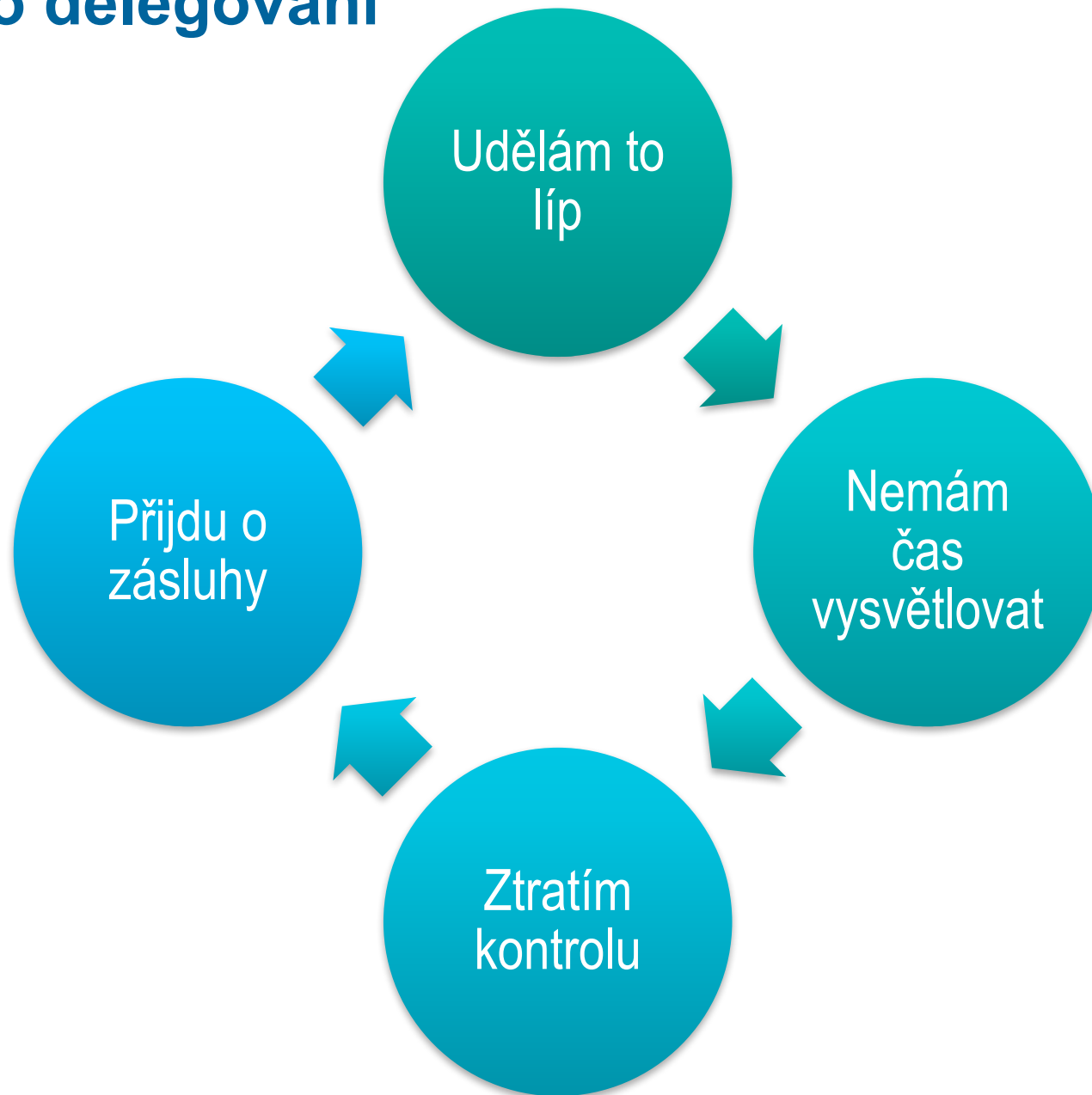
Jak pracovat

- Vytvořit si návyk
 - Rutina
- Pravidelnost
- Systém
 - Co, kde a jak
 - Funguje?

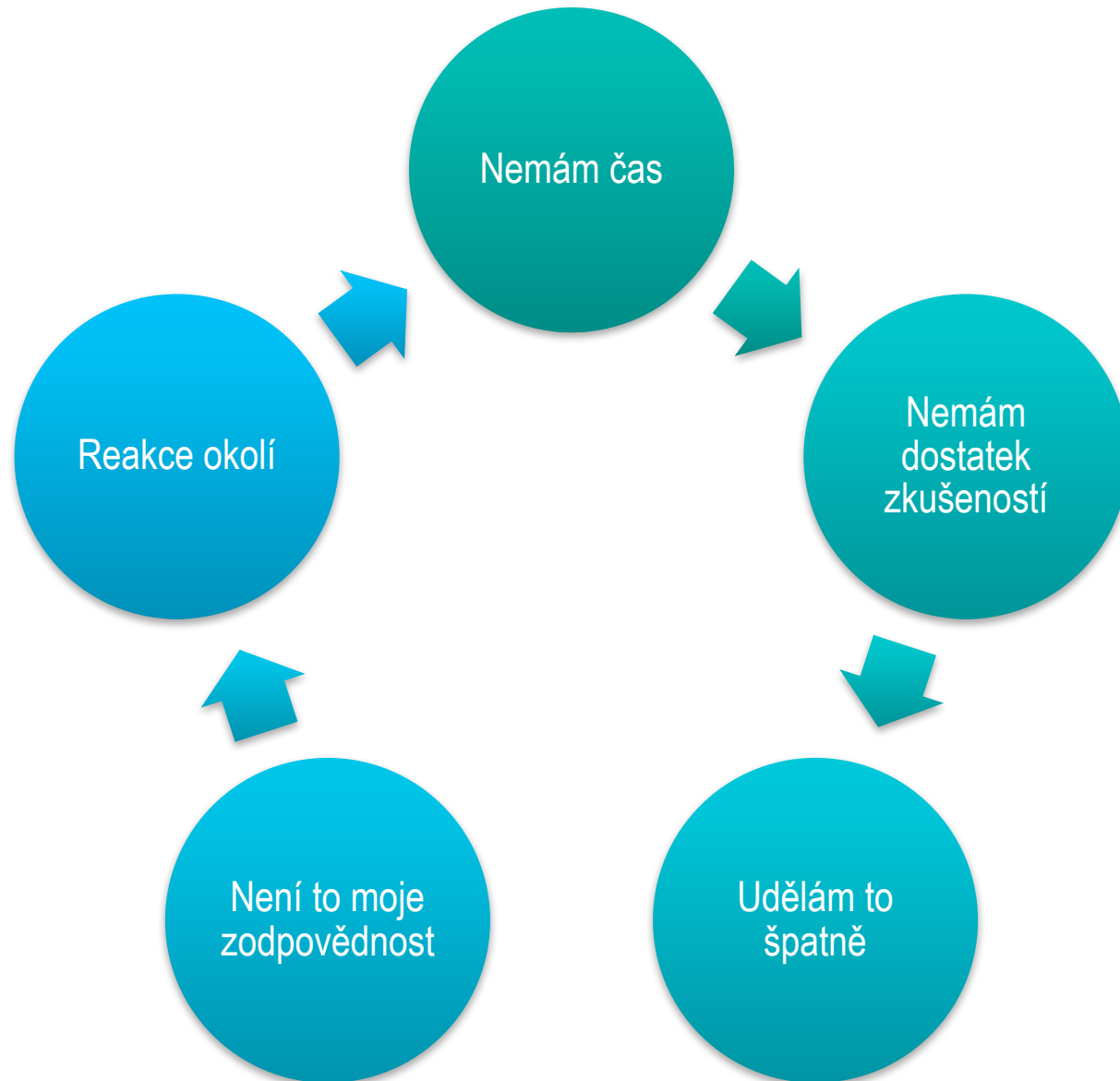
Co zahrnout

- Plánování
 - Cíle
- Vyhodnocení
 - Cílů (splněno, nesplněno)
 - Pozitiva (nové věci)
 - Jak zlepšit

Mýty o delegování

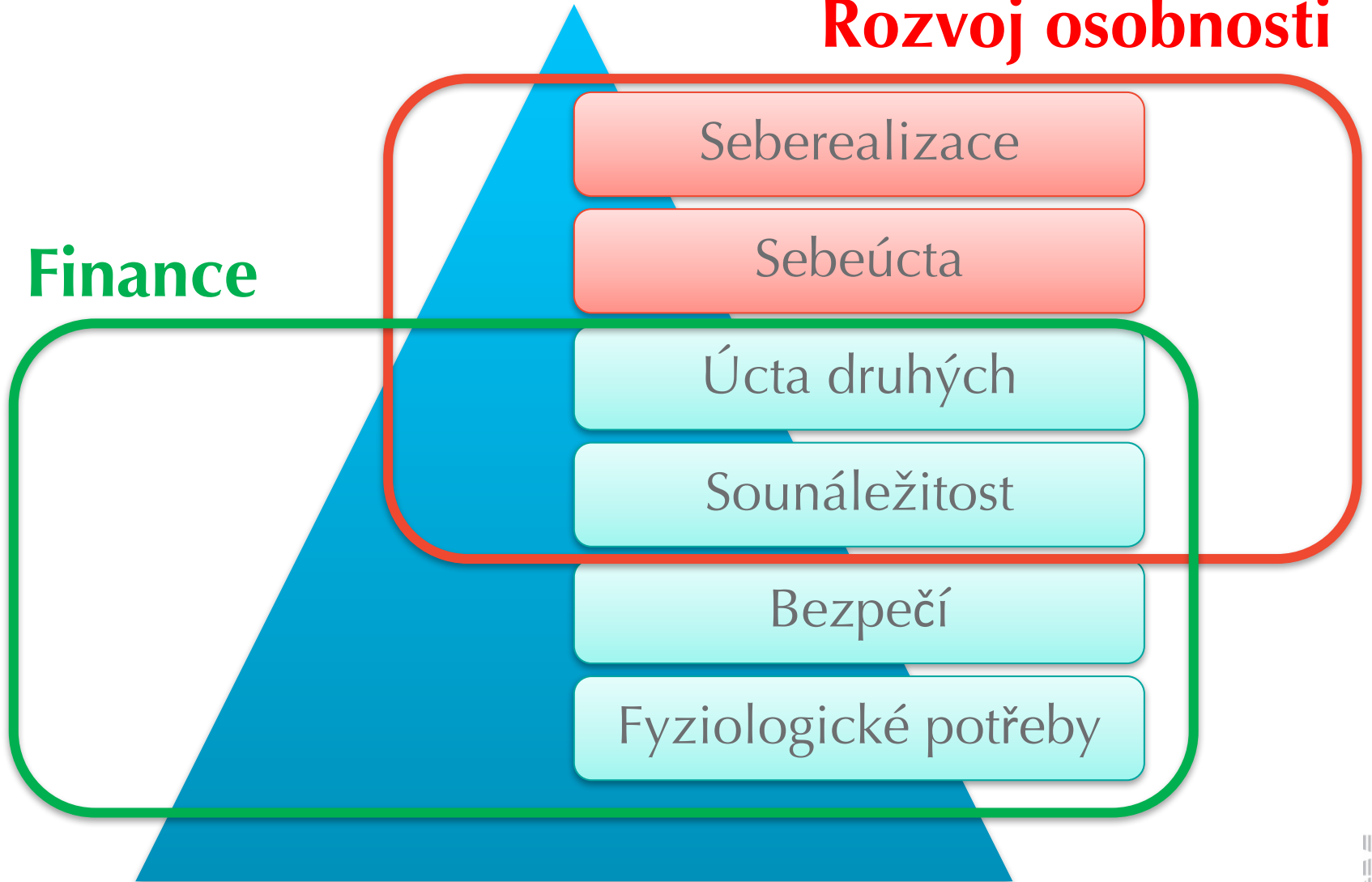


Obavy druhý z DELEGOVÁNÍ

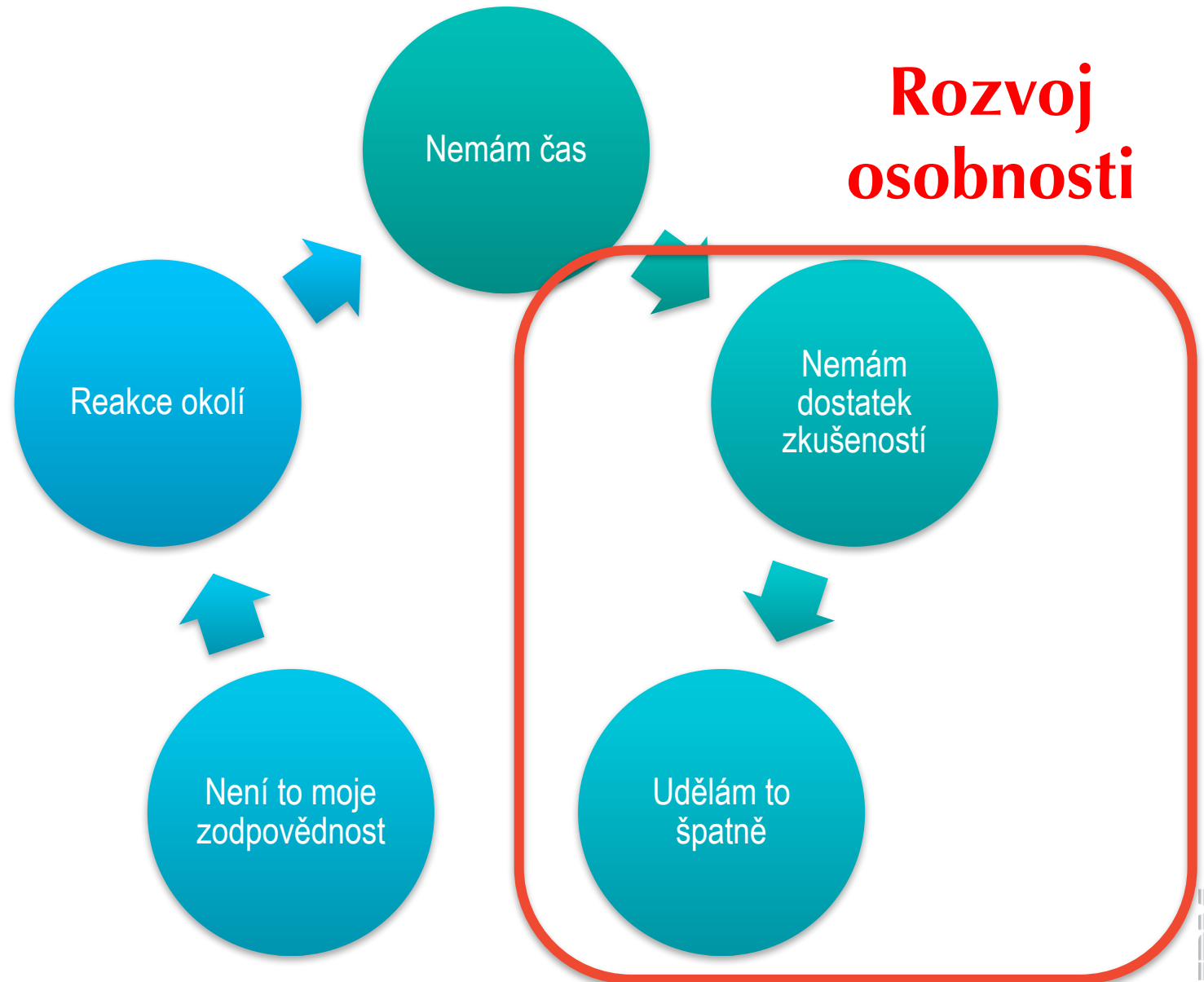


Pyramida potřeb (Maslow)

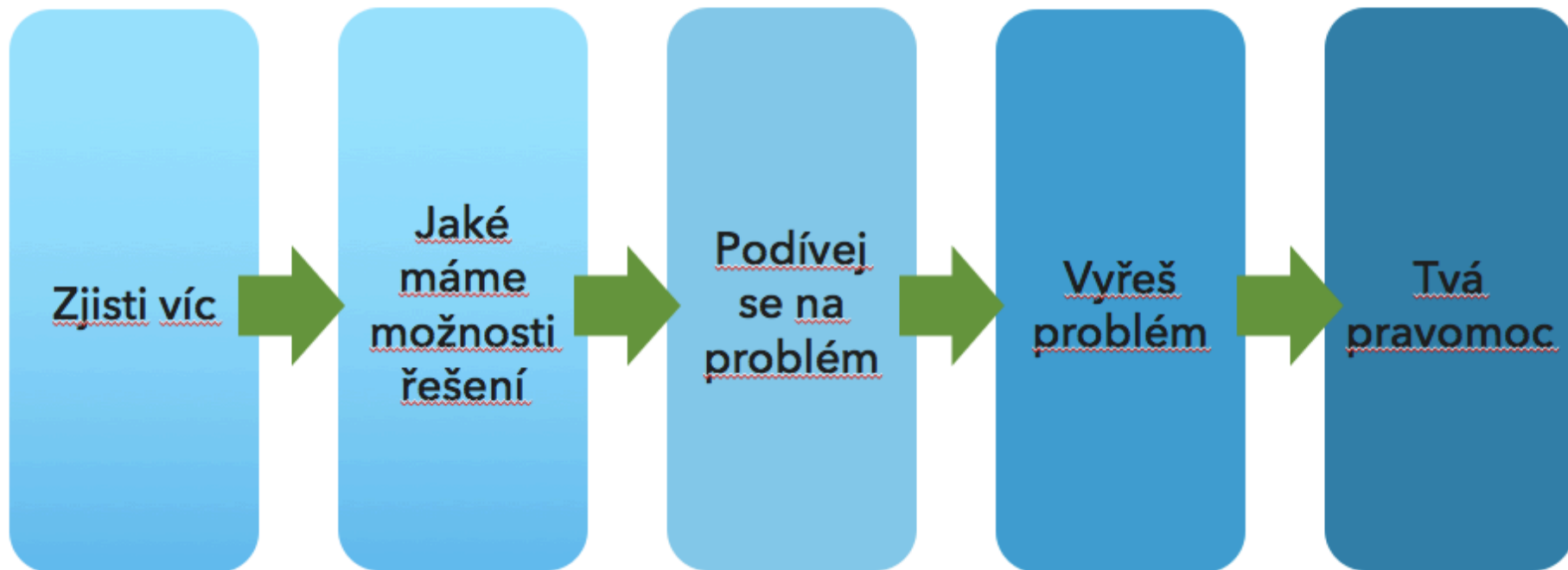
Rozvoj osobnosti



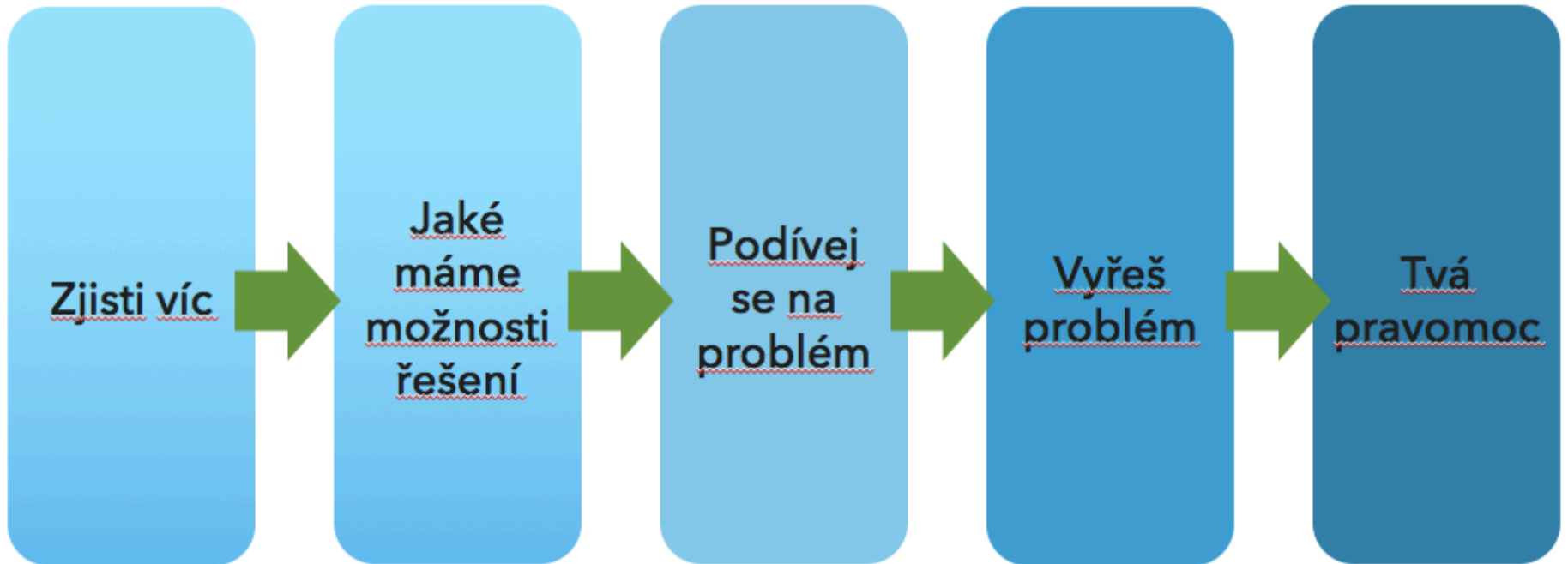
Obavy druhý z DELEGOVÁNÍ



Vývoj delegace



Vývoj delegace



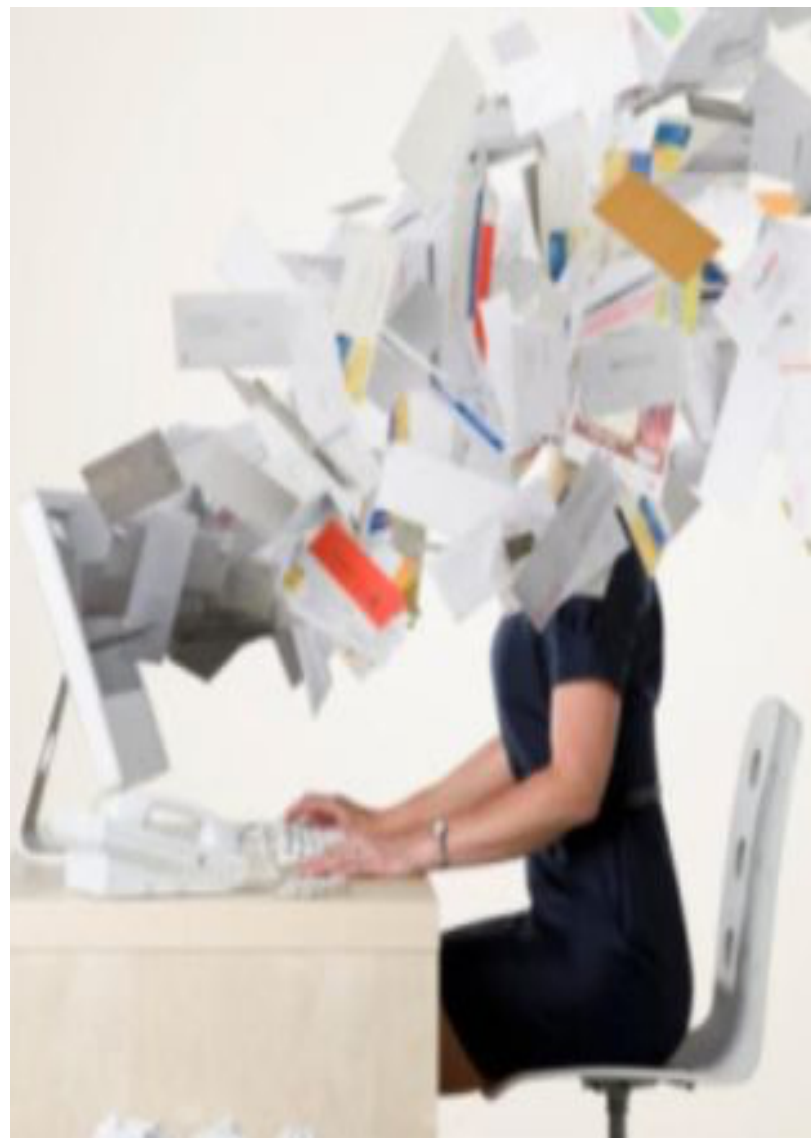
Oblast poznávání nových schopností, oblast učení.

POZOR špatná odpověď -> špatná známka

Nechci nic pokazit, řekni mi co mám přesně udělat.

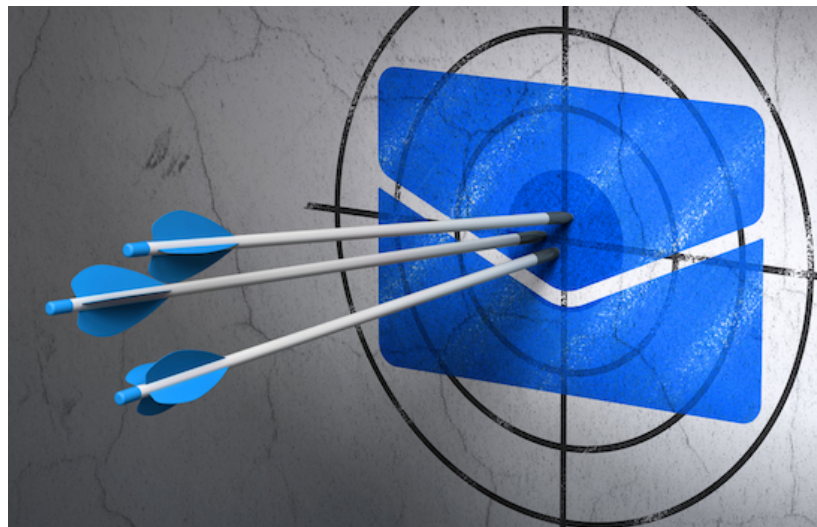
Jak zvládat lavinu e-komunikace

- ▶ Kdo říká, že musím odpovědět hned?
- ▶ Určete si čas kdy s nimi budete pracovat
 - ▶ E-komunikace není pohotovost
- ▶ Určete si co je důležité pro Vás (Pull mode)
 - ▶ Reklama v televizi (Push mode)
- ▶ Pravidlo jednou a dost
- ▶ Kategorizujte, štítkujte, automatizujte
- ▶ Maximalizujte účinnost svých mailů



[zlepšení] Efektivy mailové komunikace

- ▶ Začněte od konce
 - ▶ Co chci hned první až potom proč
 - ▶ Předmět a první řádek
- ▶ Specifičnost a jasnost
 - ▶ Nechodit kolem horké kaše
- ▶ Minimalizujte počet příjemců
- ▶ Sdílení informací prostřednictvím internetu
 - ▶ Video, Blog,...



Jak na porady



„Shromáždění dvou nebo více osob za účelem projednání nějaké záležitosti“

- ▶ Jednání (aktivita) vs. Sdělení informací
- ▶ Správní účastníci
- ▶ Materiály předem včetně požadovaných očekávání (závěrech) porady
- ▶ Uvědomění (informace), Zodpovědnost (akce)

Šťastný den



Šťastný den

- Dělat věci co mě baví (v práci)
- Něco se naučit, (poznat)
- Být večer s rodinou
- Sport (pohyb)

VNÍMÁM OKAMŽIK

- Uvědomuji si co dělám



Shrnutí

- Největší překážkou je neschopnost vzít se toho co jste a jak jste dělali doposud
- Začnete myslet od konce
 - Vytvoříte si strategii jak jít za svými sny
 - Cesta ke šťastnému dni znamená uvědomění si co chci a přijetí zodpovědnosti, za realizaci kroků
- Váš život je ve Vašich rukou
 - Udělejte si svůj plán jaký ho chcete mít a vydejte se na cestu, pokud plán mít nebudete, hrozí že budete dělat to co Vám řeknou ostatní
- Prožívejte a užívejte si každý okamžik
- Najdete si spolujezdce (navigátora)



Co si odnáším? Mám plán!

- Jednu konkrétní věc
- Co je cílem (k čemu mi pomůže)
- Jak konkrétně ji použiji

- Kdy a kdo provede kontrolu

On(a) _____,

chce _____

a proto _____

_____.

ROMAN SLIVKA

ÚVODNÍ STRÁNKA

ŽIVOTOPIŠ

PŘEDNÁŠKY

KONTAKT



Vyplujte se mnou za Vašimi sny.

www.romanslivka.cz