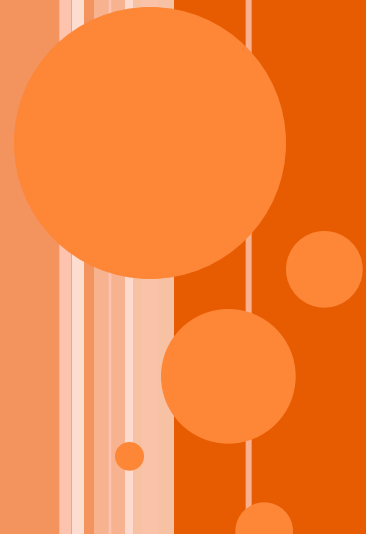


WITAMY

Zapraszamy na mini-kurs
Od marzenia do sukcesu



Lekcja 3 PLAN DZIAŁANIA



Marzenia



Cele



Plan działania



Realizacja



Sukces



Witamy ☺

W zeszłym miesiącu skryształizowaliśmy i sprecyzowaliśmy wizję wymarzonej przyszłości.

W tym miesiącu zastosujemy techniki planowania, które ułatwią jej realizację.



Podczas tej lekcji przydadzą Ci się: kalendarz, kartki, długopis oraz kredki, zakreślacze lub flamastry.



PLANOWANIE WIĘKSZYCH DZIAŁAŃ



Pracować będziemy nad celem, który wybrałeś(-aś)
podczas poprzedniej lekcji.

Szczegółowe opisy zadań znajdziesz w czerwcowym artykule.



PLANOWANIE WIĘKSZYCH DZIAŁAŃ

Cele pośrednie - kierunkowskazy

S.K.O.K.



Oto kolejne etapy metody S.K.O.K.:

SPISANIE jak największej ilości celów pośrednich

KALKULACJA wartości celów pośrednich

OZNACZENIE brakujących celów pośrednich

Ustalenie KOLEJNOŚCI poprzez nadanie priorytetów celom pośrednim



PLANOWANIE WIĘKSZYCH DZIAŁAŃ



S



K

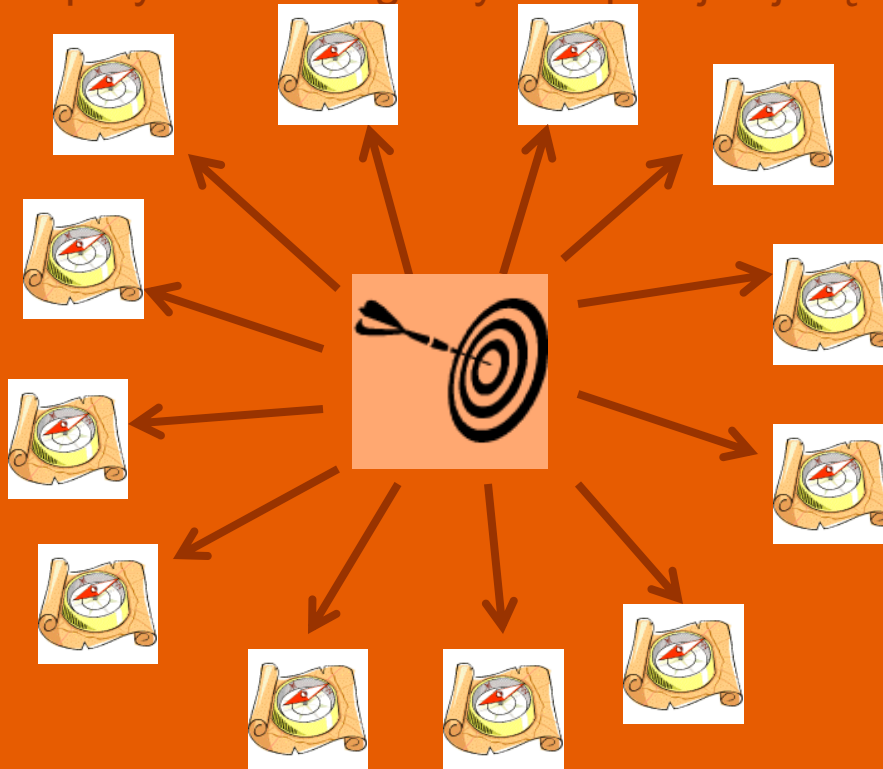


O

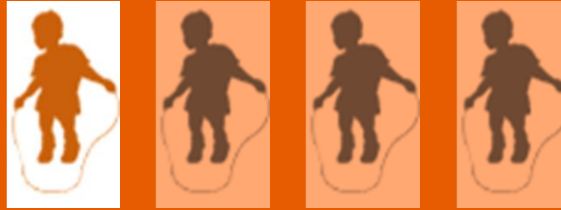


K

S – SPISANIE jak największej ilości celów pośrednich – kierunkowskazów
Jakie cele pośrednie muszę zrealizować, aby w całości wykonać to zadanie?
Spisz wszystko co Ci przychodzi do głowy. Nie przejmuj się kolejnością.

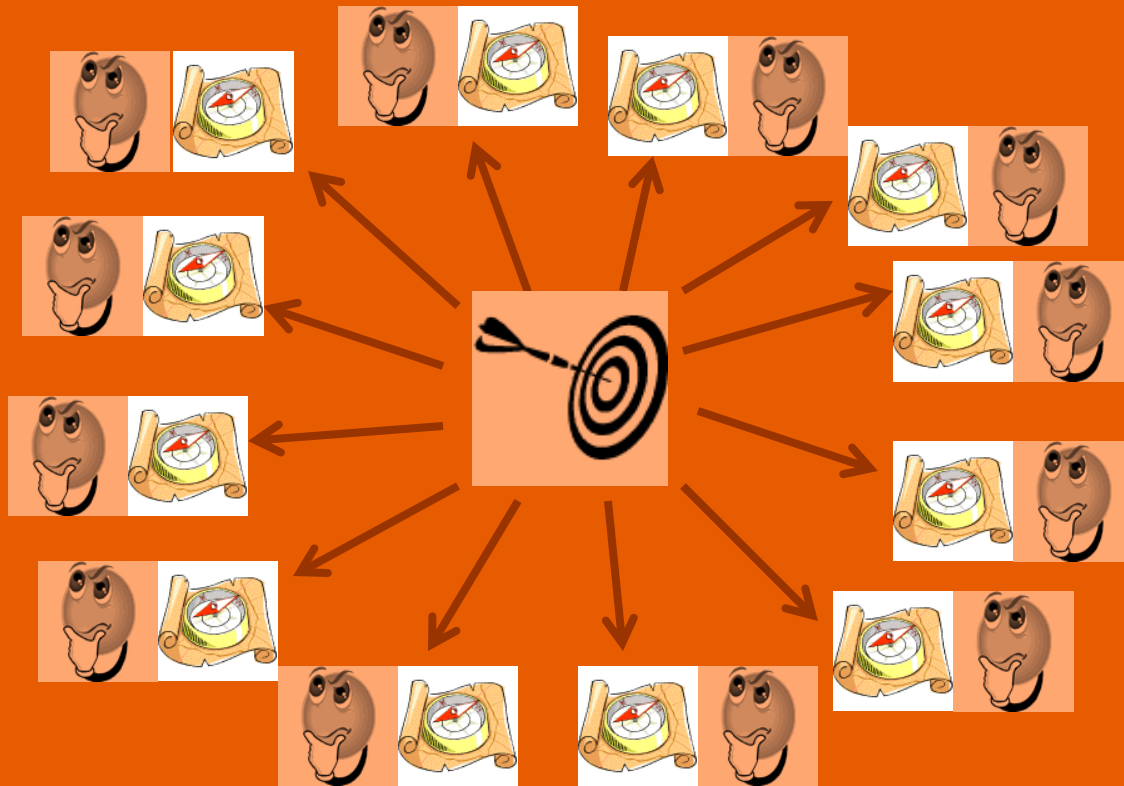


PLANOWANIE WIĘKSZYCH DZIAŁAŃ

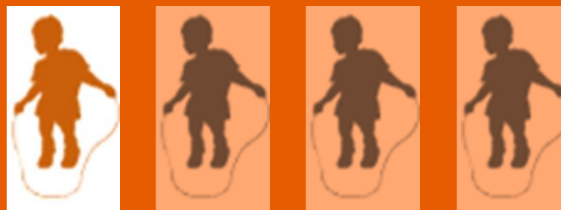


S K O K

Dla każdego celu pośredniego określ kluczowy **problem**.



PLANOWANIE WIĘKSZYCH DZIAŁAŃ



S K O K

Dla każdego problemu wymyśl możliwe rozwiązanie.



PLANOWANIE WIĘKSZYCH DZIAŁAŃ



S



K



O



K

K - KALKULACJA wartości celów pośrednich

Analizując każdy z celów pośrednich, odpowiedz na pytania:

1. Czy na pewno od realizacji tego kroku zależy osiągnięcie głównego zamierzenia?

.....

2. Jak realizacja tego celu pośredniego pomoże mi osiągnąć cel główny?

.....

3. Czy realizacja tego celu pośredniego oznacza zachowanie głównej linii działania, czy skieruje moją uwagę w inną stronę, odciągając od pierwotnego kierunku?

.....



PLANOWANIE WIĘKSZYCH DZIAŁAŃ



S



K



O



K

O - OZNACZENIE brakujących celów pośrednich

Daj sobie trochę czasu na odkrycie tego, co pominąłeś(-aś). Możesz to dopisać w każdej chwili.

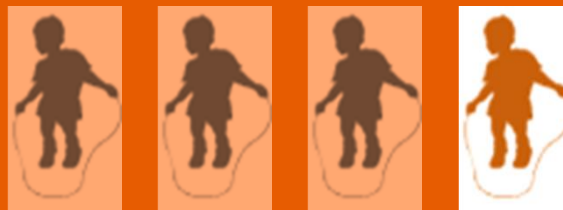
.....

.....

.....



PLANOWANIE WIĘKSZYCH DZIAŁAŃ



S K O K

K - ustalenie **KOLEJNOŚCI** poprzez nadanie priorytetów celom pośrednim



Zaznacz **kolorem** te cele pośrednie (ok. połowę z nich), które są najważniejsze.



Postaw **znak** (np. wykrzyknik) przy tym, który z nich musi znaleźć się na pierwszym miejscu.



Zapisz obok na czym on dokładnie polega.



Pomyśl (ew. zaznacz graficznie) jak się ma do Twoich pozostałych celów.



Zapisz, co musisz zrobić, aby go zrealizować.



Połącz z nim strzałkami te cele pośrednie, które zależą bezpośrednio od realizacji tego zadania.



ORGANIZACJA DROBNYCH POSUNIĘĆ

4 kroki



Będziemy wykonywać następujące kroki:

Co chcesz osiągnąć i czemu konkretnie ma służyć realizacja danego celu pośredniego?

Jakie drobne kroki należy wykonać, aby zrealizować dany cel pośredni?
Podział kroków na kategorie.

Ustalanie kolejności wykonywania poszczególnych zadań.

Szacowanie ile w przybliżeniu zajmie wykonanie każdego z zadań i wyznaczanie konkretnej daty zakończenia go.



ORGANIZACJA DROBNYCH POSUNIĘĆ



Co chcesz osiągnąć i czemu konkretnie ma służyć realizacja danego celu pośredniego?

Ponownie zdefiniuj cele pośrednie tak, aby były jeszcze jaśniejsze , bardziej wyraźnie i precyzyjne.

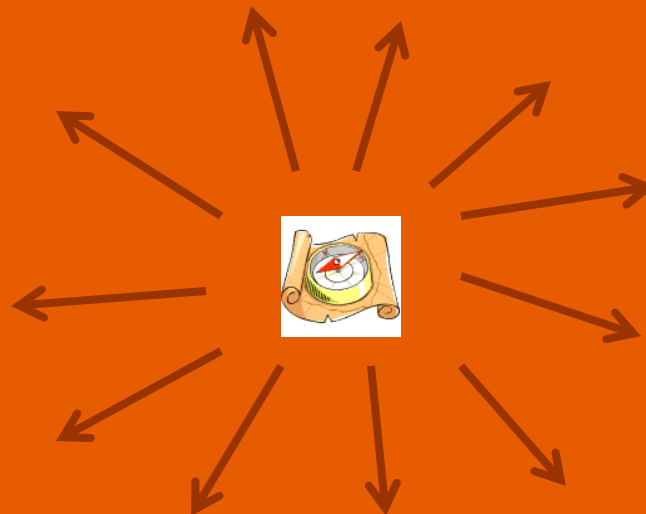


ORGANIZACJA DROBNYCH POSUNIĘĆ



Jakie drobne kroki należy wykonać, aby zrealizować dany cel pośredni?

Spisz wszelkie drobne zadania, które doprowadzą sprawę do końca.
Podziel kroki na kategorie (patrz artykuł).



ORGANIZACJA DROBNYCH POSUNIĘĆ



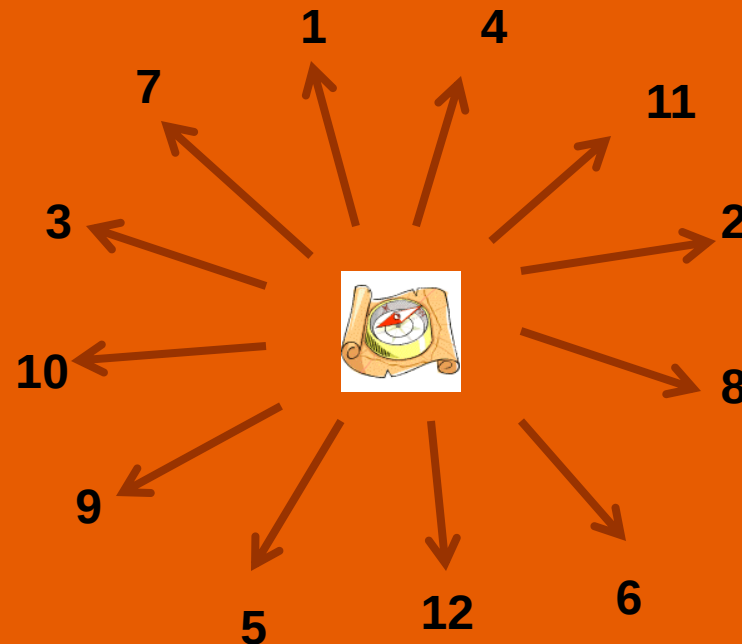
Podziel je na dowolne kategorie (przykłady znajdziesz w artykule), nadając im kolory, znakując symbolami, spisując w tabeli lub w inny sposób.



ORGANIZACJA DROBNYCH POSUNIĘĆ



Ustalanie kolejności wykonywania poszczególnych zadań.
Ponumeruj zadania, a potem stwórz diagramy.



ORGANIZACJA DROBNYCH POSUNIĘĆ



Stwórz diagramy.

Cel pośredni



krok 1



krok 2



krok 3



krok 6



krok 5



krok 4



ORGANIZACJA DROBNYCH POSUNIĘĆ



Szacowanie ile w przybliżeniu zajmie wykonanie każdego z zadań i wyznaczanie konkretnej daty zakończenia go.

Oblicz według wzoru ile czasu zajmie realizacja każdego z zadań (kroków).

A: krok	B: ok. X [h]	C: B x 2	D: 30% x C	E: C + D [h]
przykładowy	4:30	9	3	12
1				
2				
3				
4				
...				

B – przewidywany czas realizacji zadania

C – najczęściej zajmuje to 2 razy więcej czasu

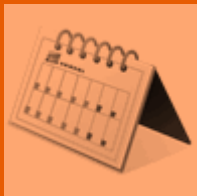
D – 30% tego czasu na nieprzewidziane przeszkody i opóźnienia

E – prawdopodobny czas realizacji zadania





Zapisz datę realizacji każdego z zadań.



Zanim trafią one do kalendarza, weź pod uwagę inne działania, które wykonujesz każdego dnia.



Pamiętaj o zaplanowaniu także czasu na odpoczynek i relaks.



Możesz zacząć działać!
POWODZENIA 😊

