

JAK NAJÍT SEBEREALIZACI A ROZPROUDIT VE SVÉM ŽIVOTĚ KREATIVITU

Pracovní listy k online workshopu

Pracovními listy vás v průběhu online workshopu provedu a přímo souvisí s konkrétními věcmi, které budu říkat. Prosím tedy NEVYPLŇUJTE si NIC PŘEDEM! ☺

Činnosti, které nám přináší _____, jsou zároveň ty, které nám budou nejlepšími _____ pro dosažení našich cílů, _____ a naplnění v našem životě.



AŽ KDYŽ JSME _____
MŮŽEME BÝT _____ NE NAOPAK.

ÚKOL Č.1: RADOST

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

6. _____

7. _____

8. _____

9. _____

10. _____

ÚKOL 2: MOJE PŘESVĚDČENÍ BRZDÍCÍ SEBEREALIZACI A RADOST

- Věřím, že je potřeba nejdříve udělat povinnosti a pak se teprve bavit. 1 2 3 4 5
- Nenávidím pondělí. Miluju pátky. 1 2 3 4 5
- Radost a uvolnění si dovolím, jen když si dám večer sklenku vína. 1 2 3 4 5
- Běhat / chodit jen tak po venku jsem si mohla dovolit, když mi bylo deset. Teď už chodím ven jen účelově – s dětmi, se psem apod. 1 2 3 4 5
- Neumím nic vytvořit rukama. 1 2 3 4 5
- Kdykoli se pokusím udělat něco kreativního, okolí se mi vysměje. 1 2 3 4 5
- Kdykoli se pokusím udělat něco kreativního, nepřipadám si dost dobrá(ý). 1 2 3 4 5
- Nemám čas na věci, které mi dělají radost. Mám spoustu povinností. 1 2 3 4 5
- Práce není zábava. Učení není zábava. 1 2 3 4 5

Co dalšího mě napadá?

_____ VEDOU K ČINŮM

MŮJ ŽIVOT JE VÝSLEDKEM MÝCH _____.



To, co dělí spokojené lidi od těch nespokojených, je

_____.

KDO JSEM? KDE JE MOJE SEBEREALIZACE?

TVŮRCE - VZDUCH

Kreativita, inspirace
Hmatatelný výsledek
Otevřenost změnám a novému
Raději sám než v týmu

PODPOROVATEL – OHEŇ

Podpora nápadů druhých
Péče o jiné lidi a projekty
Komunikace, společenská
Raději s druhými než sám

SYSTEMATIK - KOV

Organizace
Systém a řád
Miluje pořádek
Raději sám než v týmu

RUTINÉR - ZEMĚ

Plní úkoly
Má rád jistoty a stabilitu
Důležitost dobrých vztahů
Raději s druhými než sám

ÚKOL 3: KDE VZÍT ČAS, KDYŽ NEMÁM ČAS?

Napište si co vám teď zabírá nejvíce. Co je součástí vaší každodenní rutiny? Jaké činnosti děláte nejčastěji? Zaměřte se na ty činnosti, které děláte více proto, že musíte.



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Vyberte jednu věc, první věc, kterou můžete škrtnout, předelegovat na někoho jiného, přestat dělat, dělat efektivněji, rychleji, jinak.

CO:

KDY:

KDO:

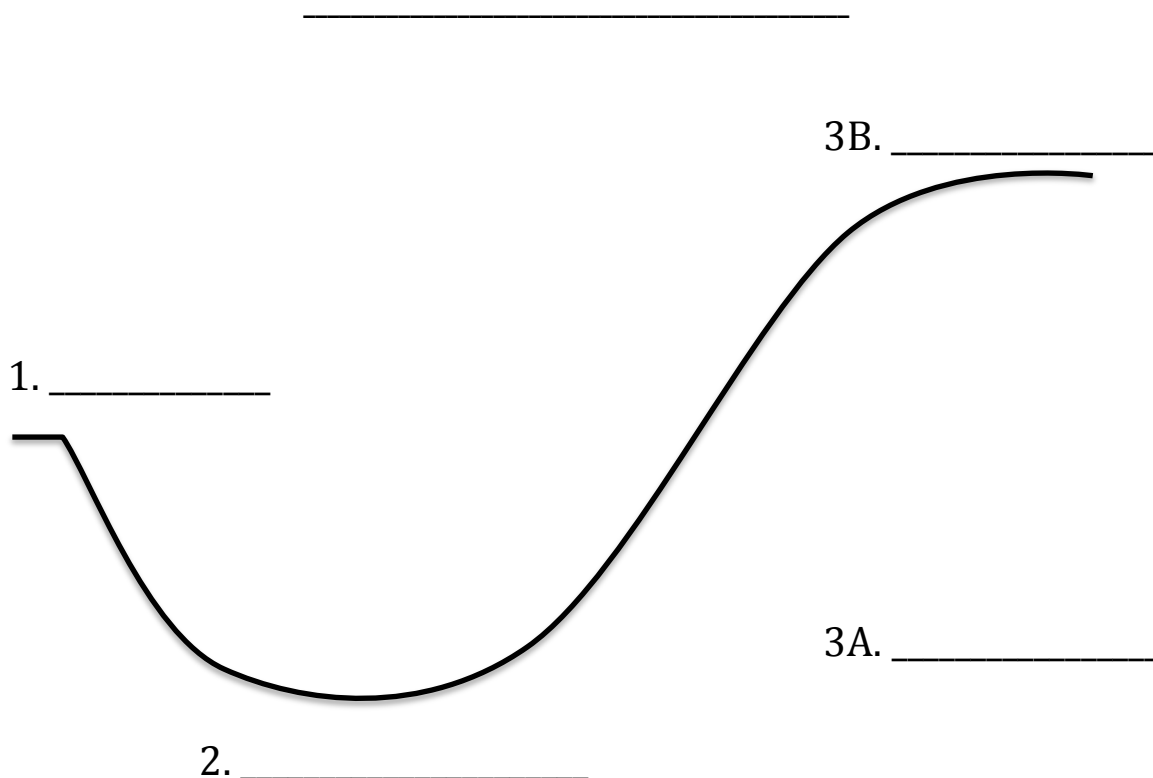
JÁ JSEM _____ SVÉHO ČASU





**PODNIKÁNÍ
Z PLÁŽE®**

KDYKOLI DOSTANEME SKVĚLÝ NÁPAD, PŘIJDE V ZÁPĚTÍ



Moje největší obavy. Jaké pochybnosti cítím, jaké překážky vidím?

**PŘIJÍMÁM SVŮJ _____ A JDU TAM,
KAM MĚ MOJE SRDCE TÁHNE.**





**PODNIKÁNÍ
Z PLÁŽE®**

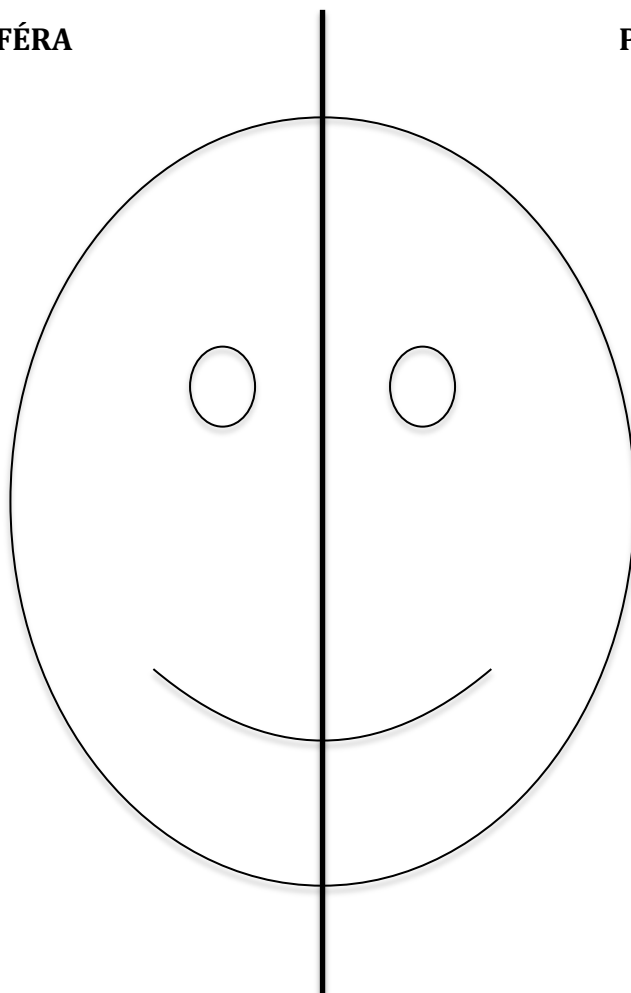
KREATIVITA

LEVÁ HEMISFÉRA

Poznámky:

PRAVÁ HEMISFÉRA

Poznámky:



CO VÁM PŘINESE PLÁŽOVÁ PŘÍPRAVKA. JE PRO VÁS?

Jediný šestitýdenní kurz, který potřebujete, abyste konečně znali téma vašeho podnikání a měli jasno v tom, co chcete.

- ✓ Naučím vás způsoby, jak se OTEVŘÍT KREATIVITĚ, nápadům a inspiraci v každodenním životě a činnostech.
- ✓ Naučíte se, jak vše, co děláte, využívat pro to, abyste objevili své téma a nemuseli kvůli tomu vyvíjet extra úsilí.
- ✓ Zjistíte, jak podnikat nejen z čirého nadšení, ale jak si umět vše správně propočítat, PŘEMÝŠLET STRATEGICKY, rozhodnout se, zda je vaše téma dobré a životaschopné, jak minimalizovat počáteční rizika a odstartovat úspěšně.
- ✓ Stanete se součástí KOMUNITY lidí na stejné vlně. Lidí, kteří se vzájemně podporují, dávají si zpětnou vazbu a společně se posunují vpřed.

Strávíme spolu šest týdnů v tomto kurzu a techniky a způsoby myšlení, které se naučíte, pak můžete používat celý život. Já je používám denně a vím, že je používá i mnoho mých přátel, kteří jsou také úspěšnými podnikateli. A nejsou to žádné poučky ze školy nebo chytrých knížek. Ale postupy denně používané v praxi více než jedenáct let.

*„Do Plážové přípravy jsem vstupovala hlavně kvůli tomu, abych si ujasnila své téma a jak jej pojmout. Už po prvních dvou týdnech jsem ale věděla, že i kdybych jej nyní neobjevila, **udělala jsem jednu z nejlepších investic v životě.**“*

*Díky Stáni jsem si zodpověděla přesně ty otázky, díky kterým jsem pronikla k podstatě toho, **PROČ** chci vlastně podnikat a jak i díky tomu projevit své já autenticky. A jako bonus jsem díky kurzu získala množství rad, podnětů a nástrojů, bez kterých se začínají podnikatel neobejde..*

Kurz doporučuji všem, kteří stále tápou a točí se na místě. Jděte do toho!“

- Vendula Martiníková

*„V průběhu kurzu mi začalo docházet, že se neučím jen o marketingu a vydělávání peněz. Došlo mi, že se mění celý můj "mindset", celý můj životní postoj k podnikání, ženství a mateřství. **Konečně jsem se přestala bát, že selžu, starat se, co řeknou ostatní, co si o mě budou myslet.**“*

Své podnikání si teď užívám, jsem připravena za sebe bojovat. A co hlavně uvědomila jsem si, že to potřebuji slyšet i jiné ženy v mém okolí. Díky celé té cestě s Vámi se cítím neuvěřitelně svobodná, našla jsem svou "pláž".“

- Miroslava Smíšková

ÚKOL 6: JSEM PODNIKATELSKÝ TYP?**SOUHLASÍM?**

- | | |
|--|----------|
| 1. Nesnáším neočekávaná překvapení a situace. | ANO – NE |
| 2. Napětí v práci mi vadí a spíše mě demotivuje. | ANO – NE |
| 3. Nemám rád(a) dlouhodobé závazky. | ANO – NE |
| 4. Neumím se dlouhodobě věnovat a zavázat jedné věci. | ANO – NE |
| 5. Výsledek potřebuju vidět okamžitě, jinak TO nefunguje. | ANO – NE |
| 6. Pokud mi něco nejde, vzdám to a přejdu k novému řešení. | ANO – NE |
| 7. Očekávám, že když začnu podnikat, udržím si stejný životní styl jako doposud. | ANO – NE |
| 8. V týmové práci raději následuji ostatní než vedu. | ANO – NE |
| 9. Nerad(a) jdu do rizika. Raději mám jistotu. | ANO – NE |
| 10. Nemám rád(a) peníze. Bohatí lidé jsou zlí. | ANO – NE |

10 – 7 ANO Do podnikání se raději nepouštějte.

6 – 4 ANO Na některých věcech budete muset zapracovat, ale pokud budete mít odhodlání, zvládnete to.

3 – 0 ANO Jste podnikatelský typ. Hurá do toho! 😊

JAK ROZPROUDIT KREATIVITU – 1. TECHNIKA

Za den nám proběhne hlavou _____ myšlenek.

_____ si člověk také často velmi ujasní a uspořádá své
myšlenky a naladí se na _____ vlnu.



NEJDŮLEŽITĚJŠÍ VĚC:

Moje nejdůležitější AHA momenty z online workshopu:

Jdu do AKCE! Jakou jednu věc udělám hned zítra?