

JAK SI V ROCE 2023 SPLNIT SVŮJ SEN

Pracovní listy k online workshopu

Pracovními listy vás v průběhu online workshopu provedu. Mají totiž přímou souvislost s konkrétními věcmi, které budu říkat. Prosím tedy NEVYPLŇUJTE si NIC PŘEDEM! 😊

KAŽDÁ VELKÁ CESTA ZAČÍNÁ _____,
ALE I TY VYŽADUJÍ _____.



Nejčastější důvod, proč lidé nedosahují svých snů, je,
že nevědí, _____, a nemají _____.

ÚKOL Č. 1: TEST PRIORIT

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

Když mám nejasné _____, dostávám nejasné _____.

První krok k realizaci mého snu je změnit jej v _____ cíl.

ÚKOL Č. 2: MŮJ VELKÝ SEN, KTERÝ SI CHCI V ROCE 2023 SPLNIT, JE...

Bud'te v popisu co nejkonkrétnější. Napište, co přesně chcete, jaké to má mít vlastnosti, KDY nebo DO KDY se to má stát. Pokud to souvisí, tak uveďte údaje „KOLIK, S KÝM, KDE“.

Pokud je vaším snem něco, co se vyjadřuje obecným pojmem (finanční svoboda, vyrovnanost), uveďte, co to pro vás znamená. Jak poznáte, že jste svého snu dosáhli?



Cesta k vašemu splněnému snu je proces, který je lemován hodnotnými informacemi, radami a PŘÍLEŽITOSTMI, které chytáte za pačesy, a jdete svému snu vstříc.



ÚKOL Č. 3: OBJEVTE, CO VÁS BRZDÍ, POZNEJTE SVÁ TEMNÁ ÚDOLÍ

Strachy a obavy, které cítíte ve vztahu ke svému snu, jsou pomyslnými schody vzhůru. Překážkami, které když zdoláte, dojdete až do cíle.

Jaké konkrétní obavy, strachy, pocity, že to nejde nebo není možné, máte ve vztahu ke svému snu? Jaké překážky vidíte na své cestě? Jaké výzvy budete muset zdolat? Kde jsou vaše limity?

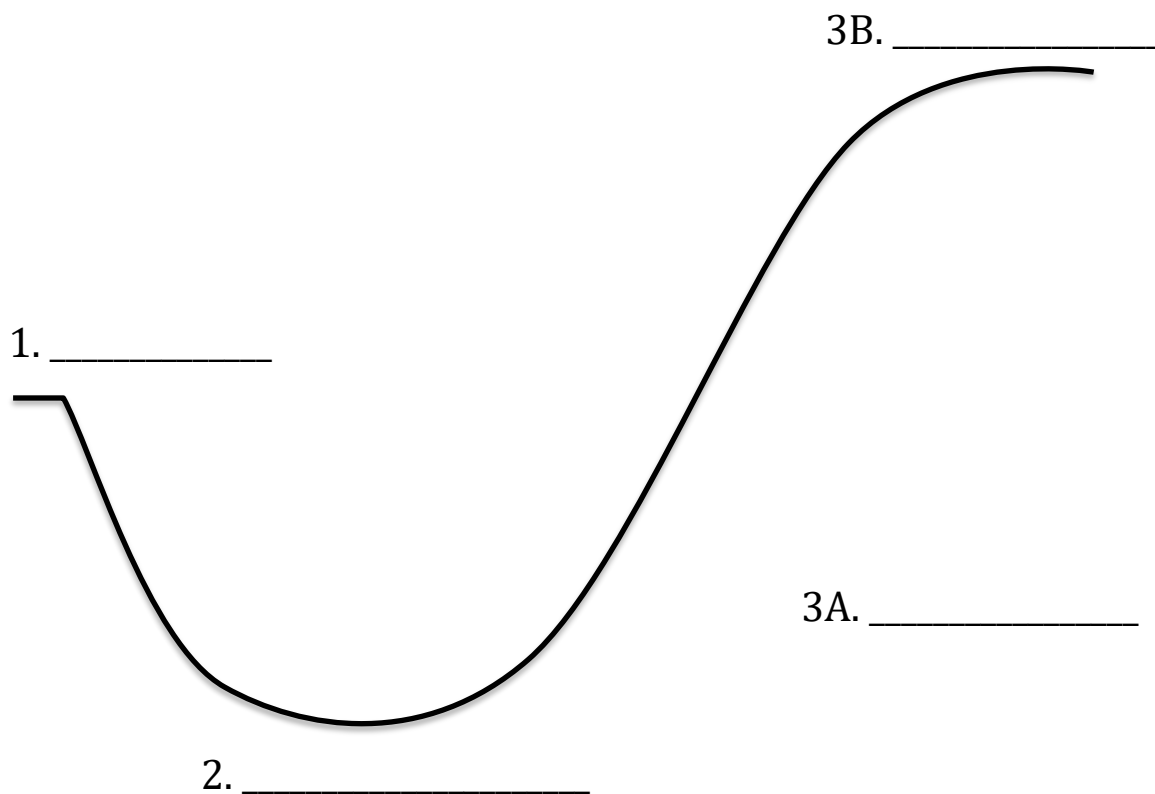
Možná máte jeden strach nebo obavu a možná jich je celý balíček. A tak si je teď napište. Zeptejte se sami sebe: Z čeho mám strach?



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Pokud to neumíte v tuto chvíli pojmenovat nebo zatím necítíte strach, ale pouze velké nadšení, je to v pořádku. Můžete se k tomuto kroku vrátit za pár týdnů, ale budete už vědět, že je to normální součást a že se z toho nemusíte hroutit nebo kvůli tomu svůj sen zahazovat. ☺

KDYKOLI DOSTANEME SKVĚLÝ NÁPAD, PŘIJDE VZÁPĚTÍ



To, co dělí lidi, kteří žijí život svých snů, od těch, kteří to tak třeba nemají, je _____ jednat navzdory strachu a udělat první kroky.

Strach nám ukazuje, kde jsou naše _____, kam vede ta cesta dále a kde jsou _____, skrze které dojdeme ke splnění našeho snu.

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



ÚKOL Č. 4: JAK REAGUJI TVÁŘÍ V TVÁŘ VÝZVÁM?

JAK DĚLÁME COKOLI _____,
TAK DĚLÁME I COKOLI _____.

**Moje nápady, jak můžu testovat reakce svého těla, duše i mysli
tváří v tvář malým každodenním výzvám:**



ÚKOL Č. 5: PORCUJEME MAMUTA

Je váš sen měřitelný? Dá se definovat konkrétní finanční částkou, množstvím kusů, kilogramy nebo třeba kilometry? Napište si toto číslo.

Příklad 1: Mít odložených 120 000 Kč na měsíc s rodinou v Thajsku. Příklad 2: Zhubnout 25 kg.

Kolik měsíců (týdnů) vás dělí od termínu, kdy si chcete sen splnit?

Příklad: Do 31. 12. 2023 – 12 měsíců.

Když první číslo vydělíte tím druhým, co vám vyjde?

Příklad 1: 120 000 Kč : 12 = 10 000 Kč/měsíc. Příklad 2: 25 kg : 12 = 2,08 kg/měsíc.

JAK FUNGUJE PODNIKÁNÍ Z PLÁŽE – STRUČNĚ V 5 ODRÁŽKÁCH:

1. Píšu články na blog, na své vlastní webové stránky.
2. Mám fanpage na Facebooku a/nebo Instagramu, kde sdílím své články i další příspěvky, které lidi baví a inspirují a posunují vpřed v oblasti, které rozumím (cestování, mateřství, vaření, hudba, fotografie, osobní rozvoj, sport, jóga, meditace, umění, handmade, zdraví, krása).
3. Vytvořím krátký eBook zdarma nebo jiný obsah, který si lidé mohou stáhnout výměnou za e-mail, a pak jim mohu dále posílat své články z blogu a další hodnotný obsah.
4. Buduji dlouhodobě důvěru, vztah s lidmi a pomáhám jim v tématu, kterému rozumím, a to vše prostřednictvím internetu.
5. Vytvořím hodnotný placený digitální produkt (eBook, online kurz, audionahrávku, knihu), který pak prodávám na svých webových stránkách.

Toto vše se z hlediska lidského, marketingového i z hlediska technického krok za krokem naučíte v online kurzu Podnikání z pláže.

„Netušila jsem, jak zásadně mi kurz Podnikání z pláže změní život. Díky Stáně a jejímu propracovanému systému jsem se krok za krokem naučila postavit si vlastní web a sdílet své poslání, svoji vášeň. Mé podnikání se od počátku kurzu neuvěřitelně zvedlo. Nejen dosahem, ale i kvalitou a následnou hojností, kterou mě mí čtenáři odměňují.“

- **Tereza Kramerová**, absolventka kurzu PZP a máma tří dětí, po vydání své knihy prodala za jediný měsíc díky strategiím naučených v kurzu 5.000 knih

„Je to dva a půl roku, kdy jsem o Tobě slyšela poprvé, a až mě mrazí z toho, kde jsem byla tenkrát a kde jsem dnes. A to díky Tobě, Stáňo. Já kdysi tvrdila, že ničemu nerozumím a nic takového v mém případě nebude fungovat. No a dnes se plážovým podnikáním žívím.“

- **Jára Bednářová**, s PZP začala v červnu 2015, v červnu 2017 podala výpověď jako učitelka ZŠ, žije se svým podnikáním a cestuje s manželem po světě

„Stále tomu ještě nějak nemohu uvěřit, že jsem se do toho pustila a zvládla dokončit svůj první projekt a pokaždé, když mi cinkne objednávka mého eBooku, zamotá se mi hlava a říkám si, jestli se mi to celé jenom nezdá. Za první měsíc prodeje eBooku mi přišlo už 32 objednávek a mnoho lidí mi posílá krásné emaily, jak se jim moje práce líbí!“

- **Eva Suchánková**, učitelka klavíru a absolventka PZP o svých začátcích s plážovým podnikáním

ÚKOL Č. 6: PRVNÍ KROKY K MÉMU SNU – AKČNÍ PLÁN



Napište si 1–3 nápady, konkrétní kroky, které můžete pro splnění svého snu udělat **v následujících deseti dnech**. Může to být něco jednoduchého a snadno realizovatelného.

1. _____
2. _____
3. _____

Nyní si napište další 1–3 kroky, u kterých víte, že je můžete zrealizovat a posunout se tak ke splnění svého snu **v následujících 30 dnech**.

1. _____
2. _____
3. _____

Proč tyto věci uděláte? Napište si tři výhody, které vám ihned přinese to, že uděláte některý z výše uvedených kroků.

1. _____
2. _____
3. _____

Napište si tři možné důsledky toho, když svůj plán **NEBUDETE NÁSLEDOVAT**, výše uvedené akční kroky nezrealizujete.

1. _____
2. _____
3. _____

Napište si, na co si budete muset dát pozor a co by vám mohlo překazit udělání výše uvedených akčních kroků.

1. _____
2. _____
3. _____

KDO vám může pomoci s tím, abyste dané věci opravdu udělali, ať už z hlediska podpory, rady, sdílené zkušenosti, půjčení nějakého vybavení, pohlídání dětí, převzetí nějaké povinnosti, díky čemuž získáte více času, naučení dovednosti, poskytnutí služby a podobně?

KDY se na to zeptáte? Pokud je někdo, kdo vám může pomoci, čeká vás možná první překročení komfortní zóny. Stanovte si termín, kdy to uděláte: _____

ÚKOL Č. 7: DOPIS Z BUDOUCNOSTI

Toto cvičení není nutné dělat písemně, pokud ale píšete rádi, zkuste to. Můžete si totiž dopis schovat do šuplíku a přečíst ho přesně za rok. Má to rozhodně své kouzlo!



Je 8. ledna 2023, ohlédněte se zpátky a napište děkovný dopis svému minulému já za to, že se vydalo na cestu a že jste si splnili svůj sen. Popište pocity, jaké jste měli při splnění snu, co se ve vás odehrávalo, kdo s vámi u toho byl, proč jste vděční, že jste toho dosáhli. Můžete přidat i to, co jste se po cestě naučili nebo co jste po cestě za svým snem prožili. Dejte průchod své fantazii.