

5 DECYZJI™

wyjątkowa efektywność

5 Decyzji. Wyjątkowa efektywność pokazuje, jak zmienić życie, dokonując pięciu fundamentalnych wyborów, które dotyczą naszych działań i postaw.

- Jak zwiększać swoją efektywność?
- Jak osiągać ambitne cele i spełniać swoje marzenia?
- Jak dokonać właściwych wyborów, by zachować równowagę w życiu zawodowym i prywatnym?
- Jak dobrać i korzystać z narzędzi, by wspierały, a nie utrudniały działania?
- Jak mieć siłę, chęć i pozytywną energię?

PROBLEM

Nasze podejście to wynik wieloletnich badań FranklinCovey na całym świecie. Wynika z nich, że **ponad 350 000 uczestników badań deklaruje zajmowanie się głównie rzeczami nieważnymi**, odkładając to, co dla nich najważniejsze na później. Mają z tego powodu wyrzuty sumienia i tracą motywację do działania.

ROZWIĄZANIE

Wyciągnęliśmy wnioski z tych badań i tak powstały warsztaty *5 Decyzji. Wyjątkowa efektywność*, które **wskazują, jak wybrać to, co ważne i osiągnąć cele, właściwie inwestując swój czas i energię**. Podejście pozwala zwiększyć efektywność indywidualną i całej firmy.

5 Decyzji. Wyjątkowa efektywność pokazuje, jak zmienić swoje życie, by być zadowolonym i odnieść sukces. Podejmując trafne decyzje, można zwiększyć swoją zdolność do osiągnięcia tych wyników, które naprawdę mają największe znaczenie. *5 Decyzji* podpowiada, jak dokonywać kluczowych wyborów i definiować cele, jak eliminować sprawy błahe, rozpraszające naszą uwagę i energię. Wybierając ważne role, które chcesz pełnić, będziesz mógł efektywnie planować, właściwie wykorzystać technologię oraz zadbać o swoją energię i siłę. Takie podejście pozwoli Ci na wyjątkową efektywność – na Twój sukces zarówno w życiu osobistym, jak i zawodowym.

MENEDŻEROWIE I PRACOWNICY

40%

UWAGI, CZASU I ENERGII POŚWIĘCAJĄ NA
**NIEWAŻNE
I NIEISTOTNE DZIAŁANIA**

— Badanie FranklinCovey przeprowadzone na grupie ponad 350 tys. pracowników

Jeśli w firmie są osoby, które osiągają cele i mają pozytywną energię – szanse na realizację wspólnych rezultatów rosną. Podejście proponowane w 5 Decyzjach przekłada się na wzrost efektywności całej firmy. Jasne określenie spraw i tematów ważnych, wyeliminowanie tych, które są postrzegane jako niepotrzebne, skupianie się na priorytetach i wspieranie działań mądrymi narzędziami to droga do sukcesu. Koniecznie jednak trzeba pamiętać, że to pracownicy realizują cele. Dlatego powinni mieć warunki do zachowania równowagi i odnawiania swojej energii. Zmęczeni i zdemotywowani ludzie nie będą mieli siły, żeby się zaangażować.



1 WYBIERAJ RZECZY WAŻNE
nie uzależniaj się od spraw pilnych

Pierwsza decyzja to odpowiedź na pytanie: "Co jest dla mnie lub dla mojej firmy ważne?" Jeśli chce się zwiększać swoją efektywność, trzeba wybierać rzeczy ważne i koncentrować się na tym, co przynosi korzyści i rezultaty, a nie tylko poczucie odhaczenia spraw z listy.

2 MIERZ WYSOKO
nie poddawaj się rutynie

Chcesz osiągnąć wyznaczone cele i być kimś, kogo inni stawiają za wzór? Od Ciebie zależy, jakim będziesz pracownikiem, przyjacielem, córką czy matką. Kiedy zdefiniuje się swoje role zawodowe i prywatne, wyznaczy ambitne cele, określi działania i je zrealizuje – można poczuć satysfakcję i odnieść sukces.

3 UKŁADAJ DUŻE KAMIENIE
nie rozmieniaj się na drobne

Jeśli ilość codziennych spraw przytłacza Cię, możesz poczuć bezsilność i stracić wiarę w siebie. Zdefiniowanie dużych kamieni pozwoli skupić się na rzeczach najistotniejszych. Realizując to, co ważne wzbudza satysfakcję oraz przybliżania się do realizacji ambitnych celów i marzeń.

4 ZARZADZAJ TECHNOLOGIA
nie bądź jej niewolnikiem

Z jednej strony narzędzia elektroniczne pomagają zsynchronizować działania, lecz z drugiej - mogą być pułapką. Ciągłe sprawdzanie powiadomień rozprasza. Rolą narzędzi powinno być wsparcie, a nie przeszkadzanie. To podejście wskaże, jak wykorzystać narzędzia w porządkowaniu spraw i zwiększaniu efektywności.

5 PODSYCAJ SWÓJ OGIEN
nie wypal się

Ilość zadań i obowiązków oraz wysokie oczekiwania od innych powodują często, że trudno jest znaleźć czas dla siebie. Zamiast odpoczynku - nadrabianie zaległości, szybki lunch i dużo kawy. 5 Decyzja jest źródłem najnowszej wiedzy na temat funkcjonowania mózgu, prawidłowego odżywiania, ćwiczeń, relaksu i dbania o relacje.