



Лайфхаки для чайников

Повышаем эффективность в рабочих

задачах
Нохрин Станислав

ТР-24 «Кафка»

Обо мне:

- Участник курсов АС: КТ, ЧР, ТР
- Продвигаю аккаунты в Instagram
- 29 лет, родился не в Питере



Обо мне:

- Участник курсов АС: КТ, ЧР, ТР
- Продвигаю аккаунты в Instagram
- 29 лет, родился не в Питере



я

8 янв.

ЧР-32, группа Флеминг, Нохрин Станисл...
(I). Опыт, полученный при выполнении уп...



photo_2021-01-...

+2



я

13.12.20

КТ-33, группа Бодрийяр, Нохрин Станисл...
вот этой **прикладной** части. Когда пишу о...



e4T2Gjg1oWw (...)



я

30.10.20

КТ-33, группа Бодрийяр, Нохрин Станисл...
как абсолютно **прикладной** инструмент н...



e4T2Gjg1oWw (...)

+2



я

22.10.20

КТ-33, группа Бодрийяр, Нохрин Станисл...
имеет понятную **прикладную** часть к жиз...



Обо мне:

- Участник курсов АС: КТ, ЧР, ТР
- Продвигаю аккаунты в Instagram
- 29 лет, родился не в Питере



Почему такая тема?

- Как вас зовут?
- Какие курсы АС уже прошли?
- Чем вам интересна эта тема?

Зачем мне эффективность
Хочу денег, репутации, хор
состояние

Обо мне:

- Участник курсов АС: КТ, ЧР, ТР
- Продвигаю аккаунты в Instagram
- 29 лет, родился не в Питере



Расскажите о себе?

- Как вас зовут?
- Какие курсы АС уже прошли?
- Чем вам интересна эта тема?

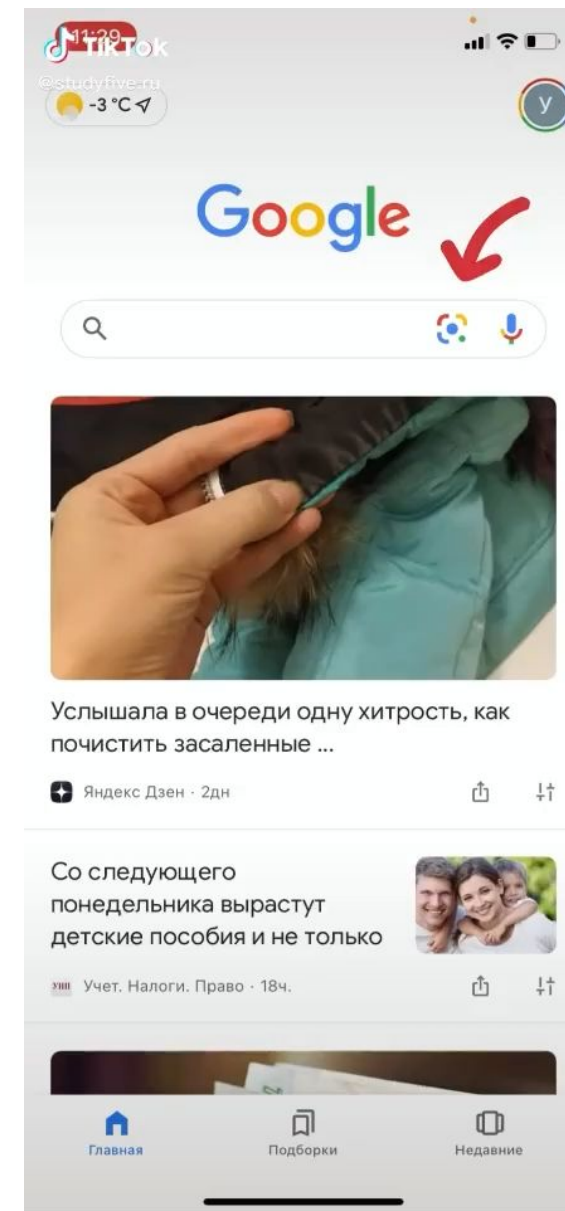
Что такое лайфхак?

Критерии лайфхака:

- Польза для большинства людей
- Простота реализации
- Экономия сил, времени и денег
- Применение для решения проблем в повседневной жизни

Критерии лайфхака:

- Польза для большинства людей
- Простота реализации
- Экономия сил, времени и денег
- Применение для решения проблем в повседневной жизни

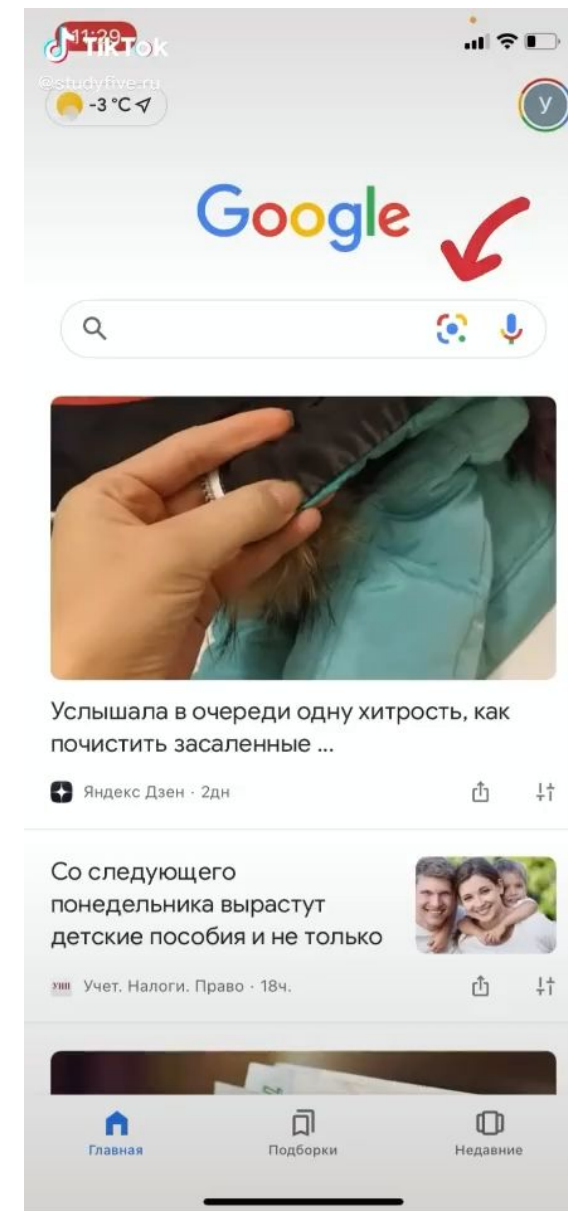


В чём идея?

Выявить лайфхаки среди инструментов методологии мышления, чтобы эффективно решать рабочие задачи.

Чтобы ими мог воспользоваться каждый человек.

Т.е. без опыта обучения на курсах АС.



Кто такой «чайник»?

Кто такой «чайник»?

Интересно

А что на эту тему думает
ИИ?



Алиса, кого называют чайником?

Чайник ≈ малоопытный пользователь, человек, который не умеет целесообразно пользоваться персональным компьютером в нужном для него объеме. Термин пришёл из альпинизма.

woman.ru

[ОТКРЫТЬ В ПОИСКЕ](#)

Алиса, кого называют чайником?

Чайник ≈ малоопытный пользователь, человек, который не умеет целесообразно пользоваться персональным компьютером в нужном для него объеме. Термин пришёл из альпинизма.

woman.ru

[ОТКРЫТЬ В ПОИСКЕ](#)

Как понять, что человек опытный?

Найдётся всё!

[ПОИСКАТЬ В ЯНДЕКСЕ](#)

**Помните эксперимент из КТ
про опытных сомелье?**

Эксперимент Хилка Плассманна



90\$

*СИЕ ВИНИШКО ПОЛУЧАЕТ
ВЫСШИЙ БАЛЛ !!!*



10\$

*НЕ ОСКОРБЛЯЙТЕ СВОИ
РЕЦЕПТОРЫ ЭТИМ...*

**Отсюда
напрашивается
вывод:**

Я ЗНАЮ ТО ЧТО

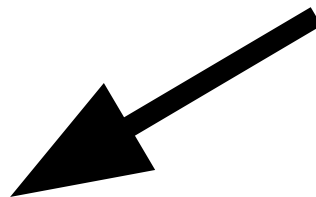


НИЧЕГО НЕ ЗНАЮ

Сократ (с) но это не

ТОЧНО

Отсюда
напрашивается
ВЫВОД:



Я ЗНАЮ ТО ЧТО



НИЧЕГО НЕ ЗНАЮ

Сократ (с) но это не
точно

Отсюда
напрашивается
вывод:

То есть мы все
чайники -
априори?

Я ЗНАЮ ТО ЧТО



НИЧЕГО НЕ ЗНАЮ

Сократ (с) но это не
точно



Спокойно относимся к
своему незнанию и
остаёмся в состоянии
озадаченности

То есть мы все
чайники -
априори?

Я ЗНАЮ ТО ЧТО



НИЧЕГО НЕ ЗНАЮ

Сократ (с) но это не
точно



Озадаченность
помогает
запустить мышление



Спокойно относимся к
своему незнанию и
остаёмся в состоянии
озадаченности



То есть мы все
чайники -
априори?

Признавая себя чайником вы:

Озадачены, а
потому
открыты к
инструментам

Прокладываете новые маршруты,
запускаете процесс мышления

, чтобы иметь
ВОЗМОЖНОСТЬ
ИСПОЛЬЗОВАТЬ
лайфхаки

Зачем это все
вообще?

Уинстон Черчилль:
«Всякая хорошая возможность заявляется к нам
в рабочем комбинезоне и с лопатой в руках».

При появлении такой возможности. Где будут мелькать деньги и репутация.

Там можно будет себя проявить по-настоящему, сделать задачу качественно и эффективно. У вас будет

картбланш: мышление + инструменты

Резюме

Промежуточный
слайд,

что
разобрались
с
лайфхаками
(это простые
инструменты
для всех)

Чайники -
все, а не
только
неакадемики

Типичный день на
работе



Ожидани
я



Уложился
в дедлайны



Задачи
выполнил



Доволен
и свеж

Типичный день на
работе



Реальнос
ть



Усталъ...



Могу не
успеть в срок



Разрываюсь
между задачами



Чувство
Вины

Зарываюсь
В текучке

Вам это знакомо?*

*последний слайд перед продажей
курса



3 проблемы

Ошибка планирования	Умственная жвачка	Прокрастинация
Не укладываемся в дедлайн	Думаем одни и те же 3 мысли течении 3 секунд	Полноценно не отдыхаем, запрещаем себе что-то делать в удовольствие
Не учитываем реальные риски	Удерживаем в памяти, забываем, ошибаемся	Задачи в реальности не делаются
Невыполненные обязательства влекут последствия	Тревожные мысли мешают действовать	Неприятные ощущения



Ошибка планировани я

Суть проблемы - это ког

Теория/автор

Док-ва

Что делать.? Какие возможные провалы нас ждут. Затраты времени x 2.

Что это даст? Появляются Новые факты, скрытые обстоятельства. Ставим выполнимые задачи





Умственная жвачка

Суть проблемы

Теория/автор

Док-ва

Что делать? Выгрузить мысли на бумагу.
Определить что делать, назначить время на целенаправленное обдумывание задачи.
Отказаться от бессмыслицы.

Что это даст? Снимает тревожность, дела в календаре и будильнике. Важные мысли продумываем отдельно. Отказываемся от бессмыслицы.





Прокрастинация

Суть проблемы

Теория/автор

Док-ва

Что делать? Какие обязательства? То что важно - вас догонит. Остальное сделаете, когда сможете. Расслабьтесь.

Что это даст?



Резюме

Лайхфаки - это инструменты для быстрого внедрения. Более глубокое понимание инструментов методологии мышления вы получите на курсах Академии смысла.

Красная таблетка	Чертоги разума	Троица
Важно	Умственная жвачка	Мотивация себя и других людей

Личный кейс

Ошибка планирования	Умственная жвачка	Прокрастинация

P.S. Побочные действия


Ошибка планирования	Умственная жвачка	Прокрастинация

**А как можно проверить,
что мышление
работает?**

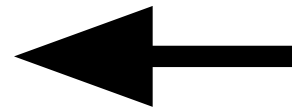
**А как можно проверить,
что мышление
работает?**

**Результатом мышления
являются действия в
реальности**

А как можно проверить,
что мышление
работает?

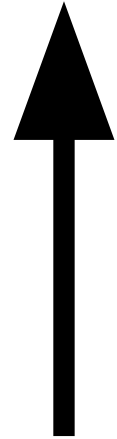


Эффективность действий
в рамках конкретной
ситуации



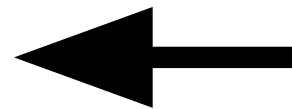
Результатом мышления
являются действия в
реальности

Способность
реконструкции ситуации,
в т.ч. рабочих задачек



А как можно проверить,
что мышление
работает?

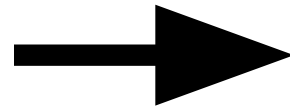
Эффективность действий
в рамках конкретной
ситуации



Результатом мышления
являются действия в
реальности

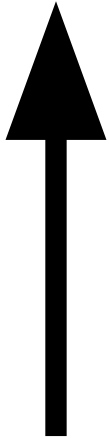


Способность
реконструкции ситуации,
в т.ч. рабочих задачек

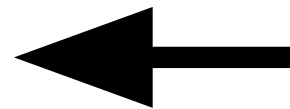


Нужны рабочие
инструменты и опыт
их использования

А как можно проверить,
что мышление
работает?



Эффективность действий
в рамках конкретной
ситуации



Результатом мышления
являются действия в
реальности





Спасибо за внимание!

Письмо-отчет после прослушивания защиты

Тема письма: TP-Nº24 – Тема диплома– Фамилия Имя пишущего

Адрес: practice@intellect.academy

Письмо нужно отправить в течение суток!