



ВАРАКСИН Геннадий Сергеевич

Телефоны: **8 902 83 36 830**

8 982 499 53 30

Skype: **distkursvgs**

ВКонтакте: **analitik1949**

E-mail: **vgs1949@gmail.com**



- Естественная стимуляция защитных систем организма (по материалам Исмукова Н. Н.)
- Оздоровительные сеансы релаксации и терапевтические метафоры
- Коучинг и индивидуальные консультации. Техники решения проблем
- **Самообучение и саморазвитие (технологии эффективного самообразования)**
- **Time-менеджмент (техника организации личной работы). Модульный кассетный органайзер**
- **Тайна денег (основы управления ресурсами и денежными потоками)**
- **Системный подход к организации бизнес-деятельности.**
- Алфавит работы на компьютере и основы работы в сети Интернет (для начинающих пользователей)
- Конструктор Учебных Кейсов (КУК). Организация творческой проектной деятельности на основе использования инструментальной среды КУК.
- Авторская концепция организации учебного процесса в любой образовательной области на основе использования системных электронных образовательных ресурсов.

<https://www.ikt-school.com/>

<https://izobretatel-perm.jimdo.com/>

<https://vk.com/club78068083>





Основы управления и организации жизни

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА



ИНТЕРАКТИВНАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ

Модульный кассетный бизнес-органайзер

Управление временем, денежными потоками и контактами

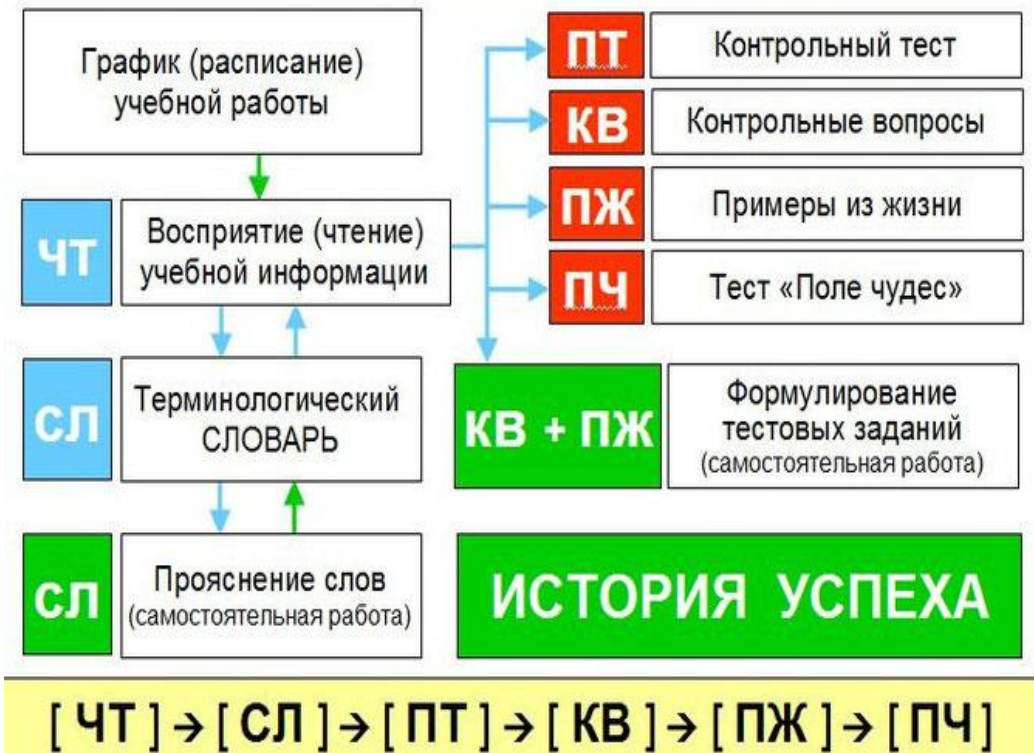


Технология эффективного самообразования

- [Эффективное самообразование](#)
- [Алгоритм выполнения учебных действий](#)
- [Терминологический словарь](#)
- [Сознание и подсознание](#)
- [Лестница компетентности](#)
- [Техника эффективного чтения](#)
- [Алгоритм подготовки реферата](#)
- [Самоанализ](#)
- [Потребности и учебные цели](#)
- [Структура учебных действий](#)
- [Учебный результат](#)
- [Контрольный тест](#)
- [Контрольные вопросы](#)
- [Примеры из жизни](#)
- [Поле чудес](#)
- [Прояснение непонятых слов](#)
- [Ваши тестовые задания](#)
- [Рефлексивный анализ учебной работы](#)

ЭФФЕКТИВНОЕ САМООБРАЗОВАНИЕ

Полный учебный цикл с целью достижения уровня осознанных знаний



ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ



МАТРИЦА ВРЕМЕНИ

Сектор кризисов		Сектор качества жизни	
Результаты	Результаты	Результаты	Результаты
• критические ситуации • экологические проблемы • проблемы с информацией • сложные дела с высокой ответственностью, требующие немедленного участия	• управление в условиях кризиса • осознание экзистенциального назначения • переосмысление • изучение познания в личном бытии • развитие жизни	• профориентация • приобщение к ценностям • планирование • восстановление сил • поиск возможностей • управление собой	• видение перспектив • эффективность • целостность • баланс • удовлетворение • улучшение качества • управление жизнью
СРОЧНО + ВАЖНО		I II	НЕ СРОЧНО + ВАЖНО
СРОЧНО + НЕ ВАЖНО		III IV	НЕ СРОЧНО + НЕ ВАЖНО
Сектор зависимости	Результаты	Сектор деградации	Результаты
• зависимость от окружающих • зависимость от власти и влияния • зависимость от чужих знаний и умений • зависимость от чужих ресурсов	• формирование философии • осознание себя в роли лидера • развитие навыков • предоставление о безопасности целей и планов	• потеря времени • потеря энергии • потеря мотивации • потеря ориентации	• безответственность • зависимость от внешней среды и обстоятельств • накопление негативных эмоций • развитие жизни

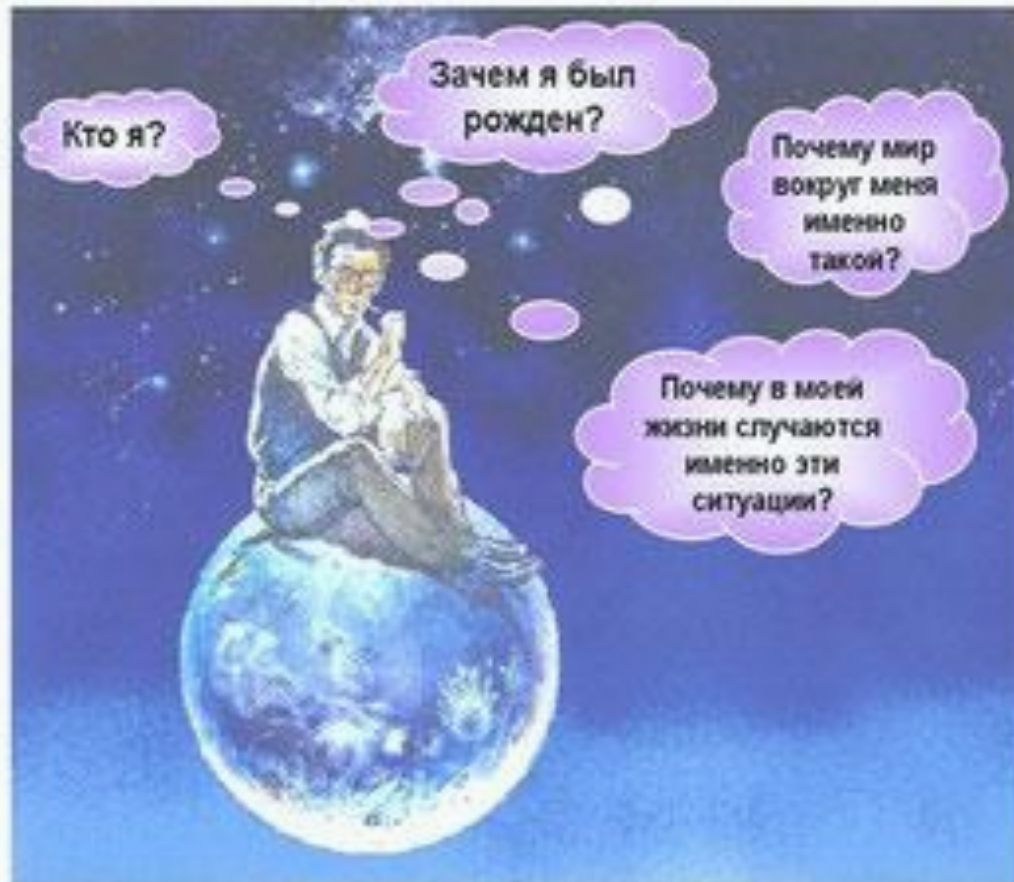


Пусть исполнятся Ваши мечты



- Что такое мечта?
- Список "Чего я не хочу"
- Список "Чего я хочу"
- Конкретизация Ваших желаний
- Визуальное представление Ваших желаний
- Как подготовить действующий коллаж мечты?
- Ваше видение (образ желаемого состояния)

Ваше предназначение



- Слабые и сильные стороны Вашей личности
- Определение истинных ценностей в Вашей жизни
- Ваше предназначение

Недельный компас

МАТРИЦА ВРЕМЕНИ

СРОЧНО + ВАЖНО		I	II	НЕ СРОЧНО + ВАЖНО	
СРОЧНО + НЕ ВАЖНО		III	IV	НЕ СРОЧНО + НЕ ВАЖНО	

Сектор кризисов	Результаты
• критические ситуации • неотложные проблемы • проекты с «горящими» сроками • срочные дела с высоким приоритетом, требующие немедленного участия	• управление в условиях кризиса • стресс, эмоциональное напряжение • «перегорание» • «тушение пожаров» и «вечный бой» • разрушение жизни

Сектор качества жизни	Результаты
• профилактика • прояснение ценностей • планирование • восстановление сил • поиск возможностей • укрепление связей	• видение перспективы • эффективность • целесообразность • баланс • удовлетворение • уменьшение кризисов • управление жизнью

Сектор зависимости	Результаты
• давление окружающих • ежедневные помехи и отвлечения • реализация чужих желаний и целей • некоторые привычные виды деятельности	• краткосрочный фокус • ощущение себя в роли «жертвы» • репутация хамелеона • представление о бессмысленности целей и планов

Сектор деградации	Результаты
• потери времени • замешательство • мелочи, отнимающие время • праздное времяпровождение • наркотическая зависимость	• безответственность • зависимость от внешней среды и наркотиков • накопление негативных эмоций • разрушение жизни

- Матрица распределения времени (по Стивену Кови)
- Колесо жизни
- Краткосрочные цели, структурированные по ролям и сферам жизни
- Макет органайзера (расписание мероприятий, список дел на неделю, планы на день)
- Самоанализ и оценка результатов деятельности за неделю



Системный подход к управлению жизнью

Пирамида декомпозиции целей

Зачем ?

Ради чего ?

Ценности

Куда ?

Концепция
(мечта(ы))

Что ?

Стратегия - НЛП
(глобальные - ОНВЦ
и стратегические цели)

Что,
конкретно ?

Тактический уровень
(задачи) - SMART

КАК ?

Оперативный уровень
(задания, мероприятия, планы на день).
Инструмент «НЕДЕЛЬНЫЙ КОМПАС»

- Пирамида декомпозиции целей (от концепции до оперативного уровня)
- Алгоритм постановки стратегических целей (техника "АСТРА").
- Использование критериев SMART на тактическом уровне постановки задач
- Оперативное планирование и организация деятельности (план мероприятий)



Различные варианты исполнения модульных кассетных органайзеров



Diagram 1: Process Flowchart

```

    graph TD
      A[ТЕКУЩЕЕ СОСТОЯНИЕ] --> B[КАК ?]
      B --> C[ЖЕЛАЕМОЕ СОСТОЯНИЕ образ цели]
      C --> D[ОБУЧЕНИЕ и РАЗВИТИЕ]
      D --> E[ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ]
      E --> F[ГИБКОСТЬ]
      F --> G[ОБРАЗ ЦЕЛИ желаемое состояние]
      G --> H[ДЕРЕВО «КАК» программа действий]
      H --> I[ОБРАЗ ЦЕЛИ желаемое состояние]
  
```

Diagram 2: Clock Face

Start - бизнес - клуб

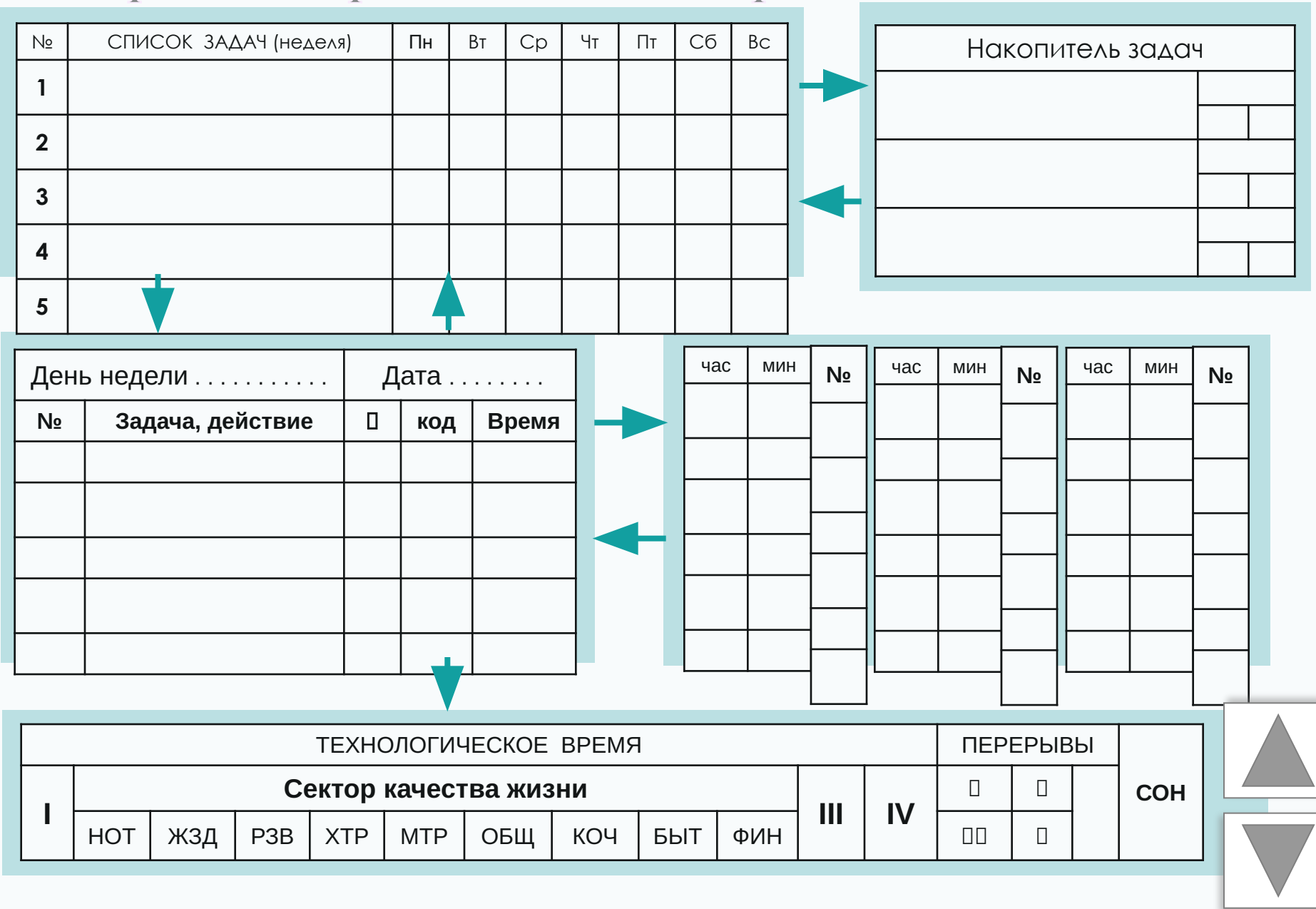
Импульс

Модульный
Кассетный
Оргайзер

- [illegible]

Алгоритм оперативного планирования

Алгоритм оперативного планирования

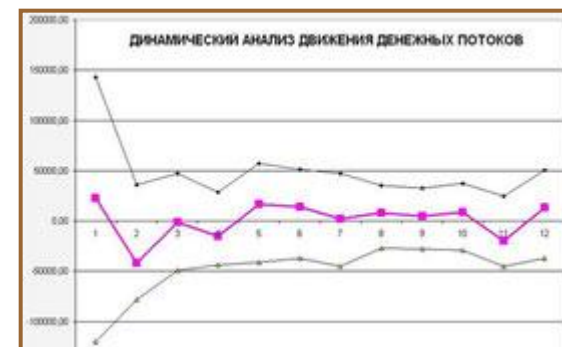
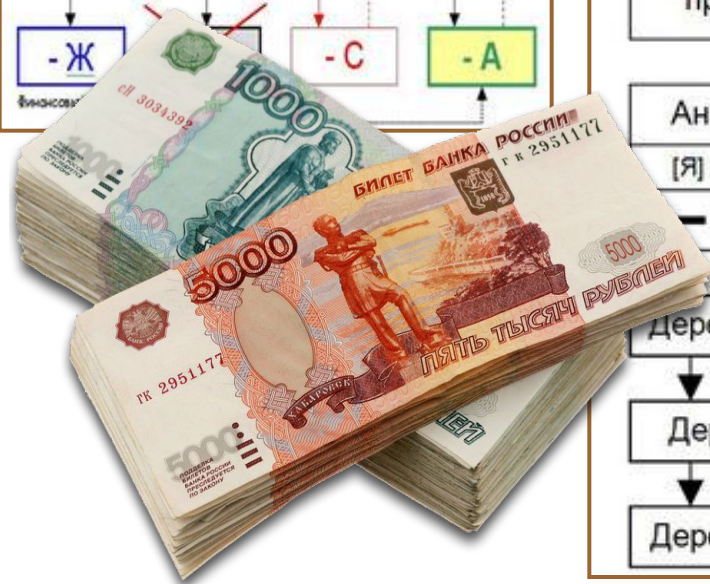


Краткое дистанционное пособие по тайм-менеджменту

- Цикл успешной деятельности, самообучения и саморазвития
- Программа начального обучения по теме "Тайм-менеджмент"
- Цикл успешной деятельности
- Принцип Парето (20 / 80)
- Ранжирование однородных объектов методом треугольной матрицы
- Алгоритм системного анализа для "чайников"
- Техника "Анализ силовых полей"
- Иерархия задач. Дерево "КАК"
- Управляющий или ХОЗЯИН времени?
- Принципы организации личной работы
- Матрица распределения времени по Стивену Кови
- Решение, цели и структура цели
- Методология GTD
- Постановка целей. Структурирование результатов
- Модульный кассетный органайзер (руководство по эксплуатации)
- Конструкция модульного кассетного органайзера
- Организация личной работы на основе использования модульного кассетного органайзера
- Хроно-карта. Инвентаризация затрат времени
- Список дел. План - отчет
- Классификация дел по критерию "периодичность"
- График распределения времени
- Мониторинг деловых контактов и бизнес-мероприятий
- Учет транзакций и денежных потоков
- Стратегия накопления богатства
- Алгоритм оперативного планирования и организации личной работы



Технологии управления денежными потоками (домашняя бухгалтерия)



Что Вам мешает быть богатым?



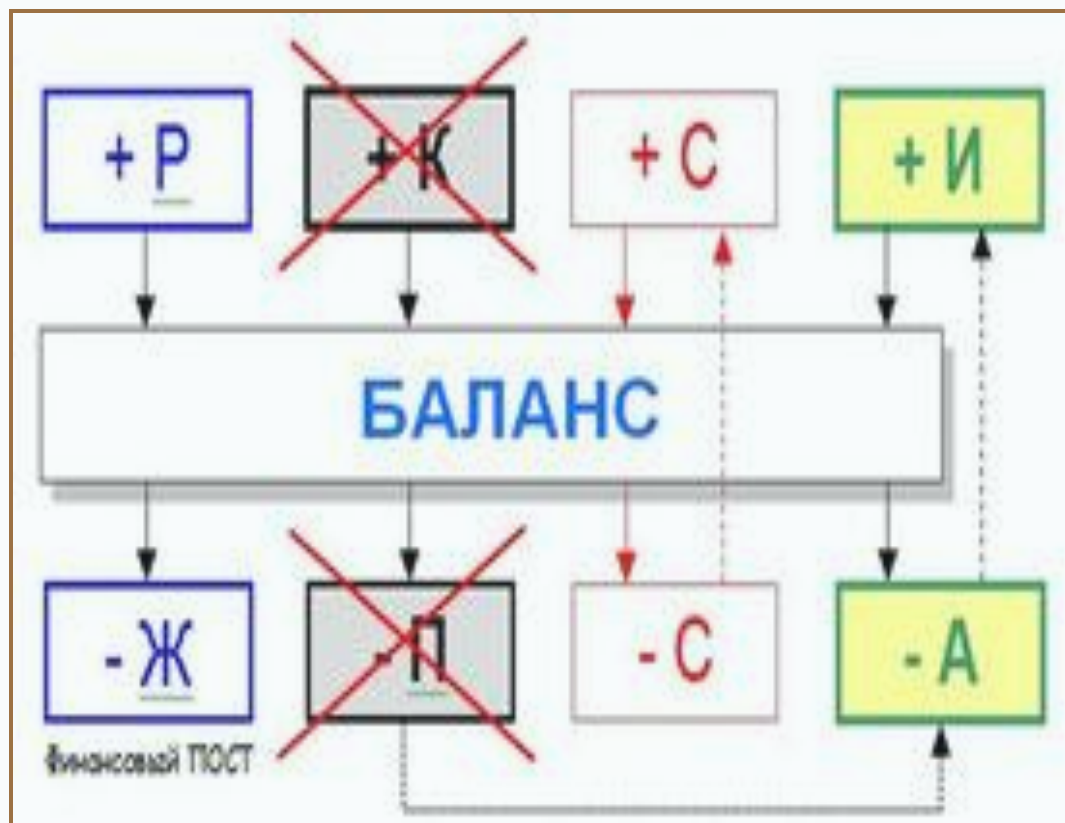
УЧЕБНАЯ ЦЕЛЬ:

Диагностика причин бедности в Ваших подсознательных убеждениях и формирование образа мыслей богатого человека

УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА:

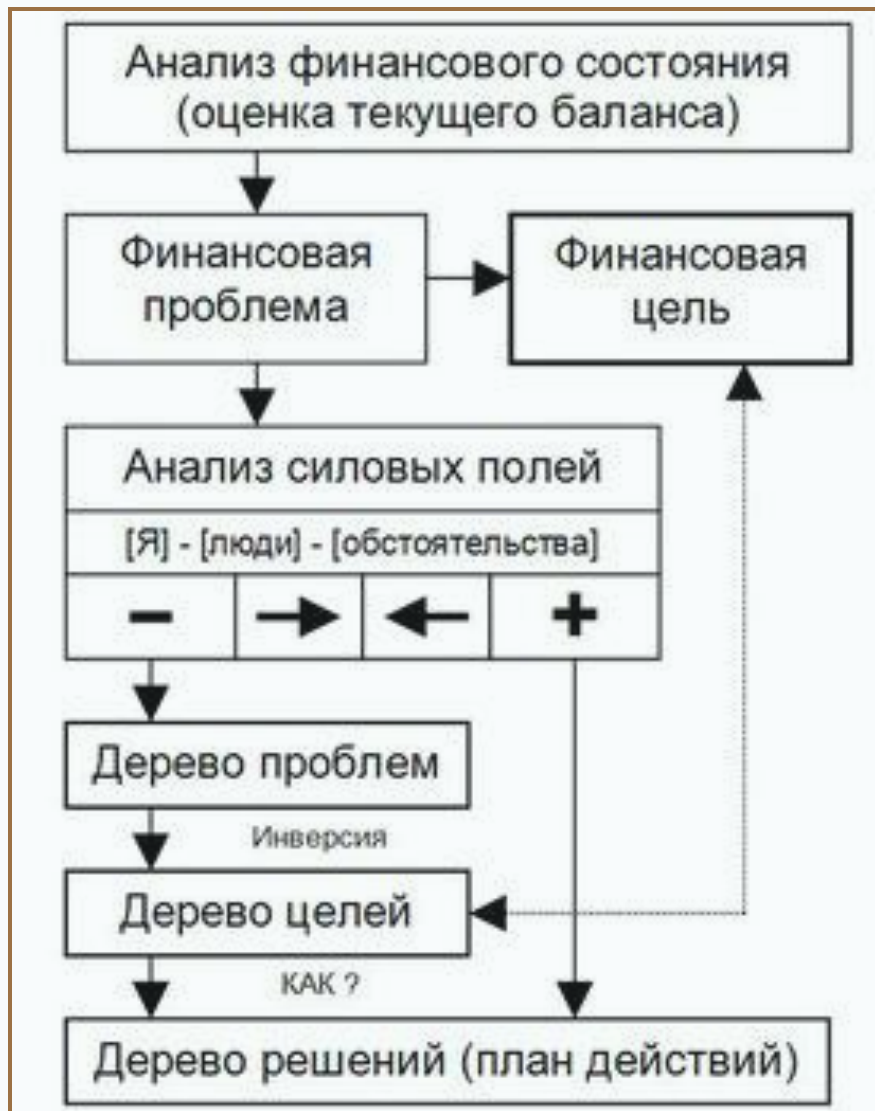
1. Чем отличаются бедные и богатые люди?
2. Участие в опросе: "Диагностика идеализаций в отношении денег"
3. Способы устранения подсознательных разрушительных программ и формирования позитивных убеждений

Мониторинг и системный анализ денежных потоков



- Дренажная система для регулирования потоков денег
- Тетрадь учета денежных потоков
- Системный анализ данных мониторинга

От финансового анализа к управлению денежными потоками



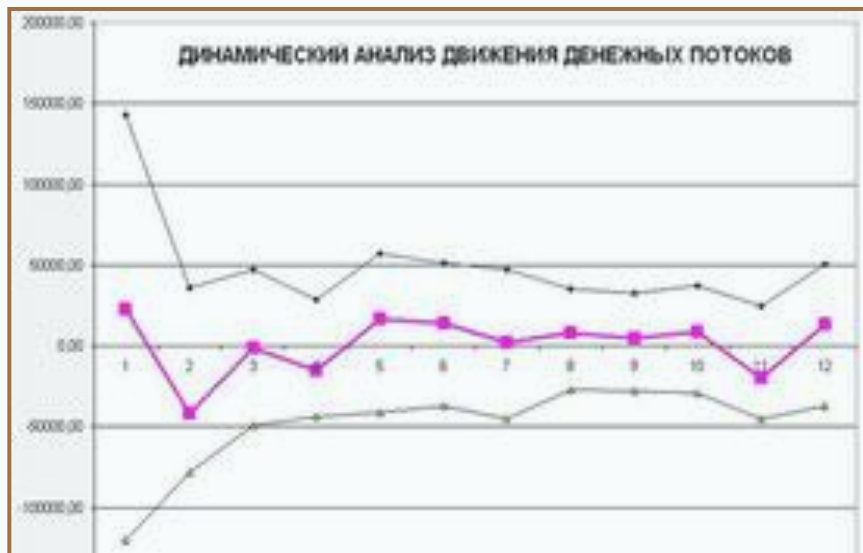
- Анализ текущего финансового состояния. Формулирование финансовой проблемы
- Детальный анализ финансовой проблемы с помощью техники "Анализ силовых полей"
- Структурирование факторов, влияющих на проблему (дерево проблем, дерево целей, дерево решений)
- План действий по решению финансовых задач на неделю

Личный финансовый план



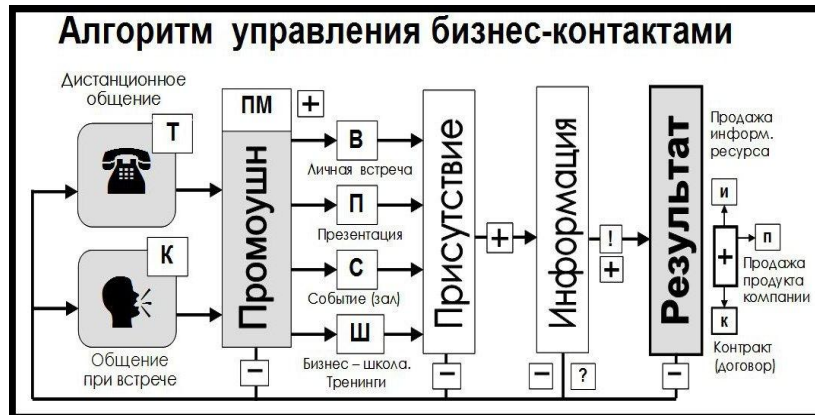
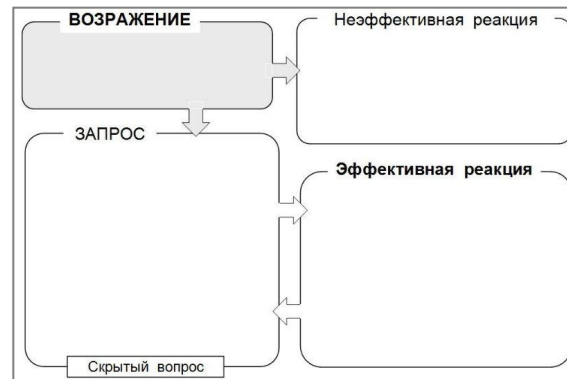
- Детальный анализ текущего финансового состояния (собственные и заемные средства, задолженности, активы и пассивы)
- Постановка финансовых целей. Точная стоимость Ваших потребностей и целей
- Ваш личный финансовый план на месяц, год

Управление денежными потоками с помощью специальной компьютерной программы

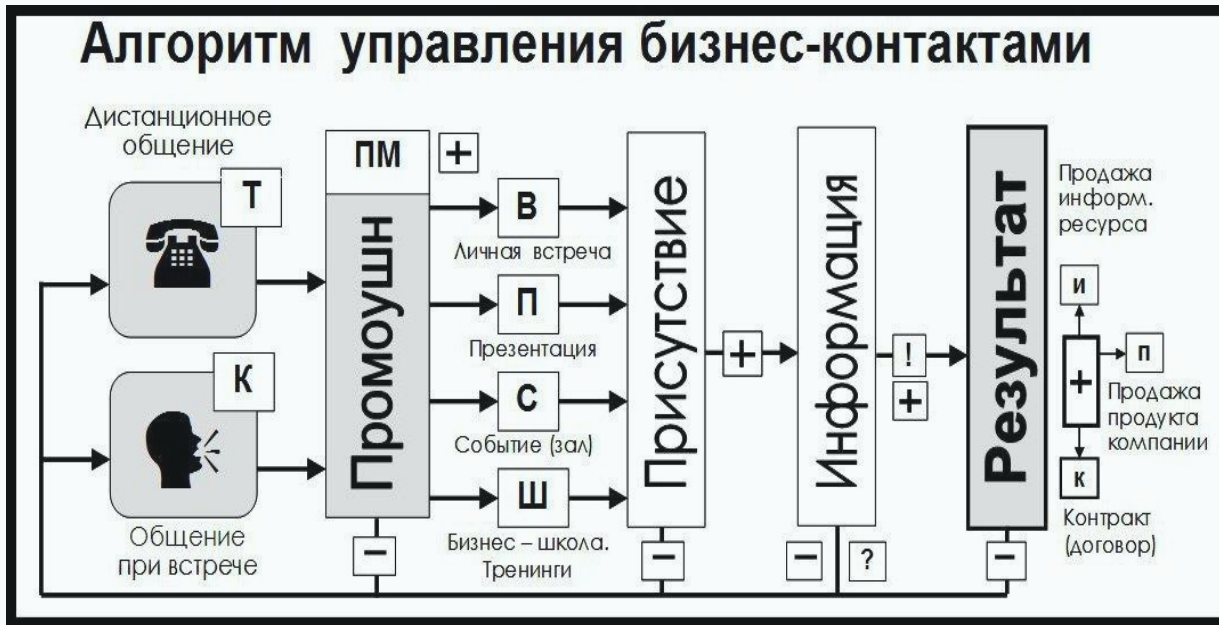


- Ввод данных о результатах детального анализа финансового состояния в электронную таблицу
- Ввод данных мониторинга из тетради учета денежных потоков в электронную таблицу
- Системный анализ данных мониторинга за месяц
- Визуализация результатов системного анализа средствами деловой графики
- Личный финансовый план (бюджет) на месяц, год

Системный подход к управлению БИЗНЕС-КОНТАКТАМИ

[illegible]

Мониторинг и системный анализ информационных мероприятий



- Алгоритм управления бизнес-контактами
- Мониторинг деловых и бизнес-контактов с помощью специальной учетной формы
- Системный анализ данных мониторинга контактов
- Конструктор телефонных разговоров

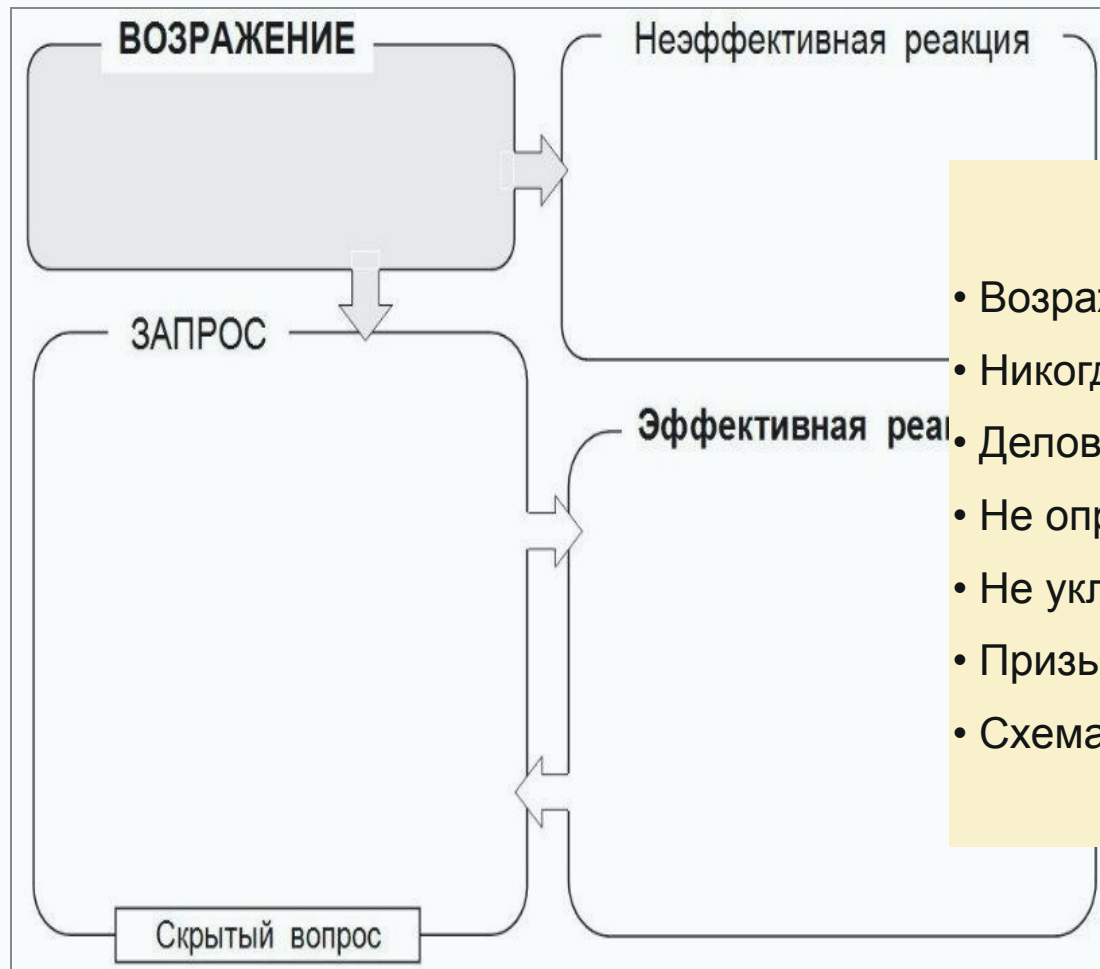
[illegible]

Информационная встреча с потенциальным клиентом или партнером



- Планирование и подготовка к встрече
- Алгоритм беседы (бизнес-контакта)
- Системный анализ информационной встречи
- Методы убеждения и косвенного влияния. Типы личности.
- Речевые стратегии.
- Экология влияния. Ответственность и техника безопасности.

Управление возражениями



- Возражения - наши помощники
- Никогда не спорьте
- Деловое обсуждение
- Не оправдывайтесь
- Не уклоняйтесь от общения
- Призыв к здравому смыслу
- Схема приема и обработки возражений

Презентация проекта или бизнеса



- Презентация и бизнес-бриффинг
- Как не надо проводить презентации
- Как надо проводить презентации
- Техника публичного выступления перед аудиторией
- Композиционно-технологическая структура презентации
- Как закончить презентацию

- Где брать людей?
- У кого и как брать рекомендации?
- Подготовка к системе сбора рекомендаций.
- 11 действий, которые сделают Вас неотразимым
- Особая техника обеспечения сбора рекомендаций
- 12 вещей, которые необходимо сделать, чтобы поток рекомендаций со стороны Ваших клиентов не прекращался
- 13 подходов, которые приведут Вас к достижениям
- Тренинг "Получение рекомендаций"

Система сбора рекомендаций

от благодарных клиентов



Отзывы клиентов

Наша главная гордость—
мнение наших клиентов!

**Мы ценим
ваше мнение!**

