

Волшебство внутри нас

Какие твари там обитают?

С чего начинается
ваше утро?

Что вас
вдохновляет?

Волшебство

Мотивация


Креативное мышление

Позитивный настрой

- ▶ И в целом позитивное отношение к жизни

Пицца!





Переключись!



Спорт

Дело хорошее.

Книжка? Фильм?

У каждого из нас свой вкус.

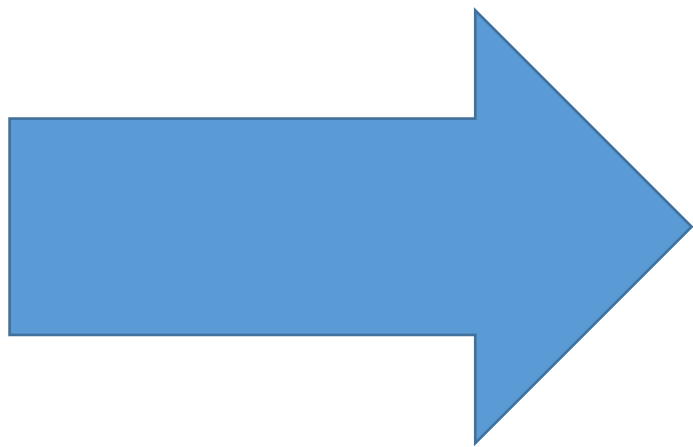
- Ричард Бах «Чайка по имени Джонатан»

Процце

Энергетика

Окружи меня теплом твоих творческих
мыслей

Эффект бабочки



ЕСЛИ ВЫ ДАВНО ЖДЕТЕ
ОСОБОГО ЗНАКА
ТО ЭТО ОН

Страх?

- А что будет то?

**У меня есть план, а у
тебя?**

Стань продуктивным

Или правило 2-х минут.

Тело остаётся в покое до той поры, пока его не приведут в движение

1. Если задача занимает менее двух минут – сделайте её
2. Двухминутный старт не позволит затеряться серьёзной цели

Правильные привычки автоматически повышают продуктивность

Привычки - деятельность доведенная до автоматизма.

Создание новых привычек — дело непростое.

Встать раньше - сделать больше

Производительность = Время + Энергия + Внимание

У производительности три ингредиента: время,
энергия и внимание

Бери все три и беги!

*Внимание = не прокрастинация

Лучшая мотивация —
понимание, почему вы хотите
что-то сделать

- ▶ Цель
- ▶ Задача
- ▶ Метод

Чего достиг ты?

- ▶ Продуктивность — это не сколько вы произвели, а чего вы достигли



Задачи

- ▶ Переворот
- ▶ Качество
- ▶ След

▶ Задание:

- Придумать основной концепт, идею (4 выпуска)
- Время 5 минут
- Стилистика любая (цензура)
- Аудитория обширная