

# GM-Workshop



**Téma: Gm Alpha SPRINT – Vezetői élettervezés és személyes napi hatékonyság**

**Időtartam: 5h**

**Helyszín:**

## **Kinek?**

- Hölgyeknek - uraknak
- Kis-, és közepes vállalkozások tulajdonosainak, vezető alkalmazottainak
- Nagyvállalatok és multinacionális cégek vezető alkalmazottainak
- Kezdő vállalkozóknak, startuppereknek
- MLM cégek munkatársainak, akik csapatépítésben gondolkodnak
- Annak, aki új lendületet és irányt akar szabni az életének
- Kritikus életszakaszokban és különleges státuszban levő embereknek

## **Miért?**

- Túlzott, tartós stressz -> A problémáink, a "kihívások" tartósan meghaladják azt, amit bírunk.
- "Zavaró hatások" tömkelege - > Elvesz a FÓKUSZ-unk a számunkra legfontosabb dolgokról. Ma mást csinálunk, mint ami nekem fontos
- Úgy érezzük, hogy már nem mi irányítjuk a saját életünket -> Technológia, más emberek, reklámok, stb. átvették az irányítást az életünkben
- Halogatunk, túlagyalunk számunkra fontos dolgokat, amikről érezzük, hogy meg kellene tennünk, de valahogy mindig "más a fontosabb" -> Egyre feszültebben éljük a mai napot
- Azonnali hatást adó, külső forrásokból nyerjük az energiánkat -> "Dopaminfüggők" vagyunk ("like", nikotin, mások elismerése, koffein, felesleges vásárlás, stb.)

- Nem mondunk határozott NEM-et a bennünket ért hatások 80%-ra, amik hátráltatnak, vagy nem visznek sehova -> Nem mondunk erős IGENT, a számunkra legfontosabb, bennünket előre vivő dolgokra
- Nincsenek kialakult napi rutinjaink, amik rendszert és keretet adnak minden napunknak -> Ziláltan, idegesen, látszólag "elfoglaltan" éljük a mai napunk
- Nem ismerjük, vagy nem gyakoroljuk azt a néhány, egyszerű napi rutint, ami drasztikusan emelné az energiaszintünk -> Nem alkalmazzuk a világ legsikeresebb embereinek szokásait a napi rutinjainkban (reggel - nap közben - este)
- A technológia (tv, közösségi média, okos telefon, táblagép, stb.) rabjai lettünk, nem ismerjük az általuk okozott vegyi folyamatok hatásait az életünkre. -> Azt csináljuk, mint a "többiek", de a "többiek is szenvednek" ettől
- Nem ismerjük, vagy nem használjuk azokat a támogató eszközöket és módszereket, amikkel jelentősen és rövid idő alatt változtathatunk és "ellenőrzésünk alatt" tarthatjuk a dolgokat

#### **Tartalma:**

- A személyes alapelveink, alapértékeink tisztázása -> saját identitásunk
- Vezetői élettervezés – személyes életstratégiánk extrém gyorsan változó környezetben – alkossuk a saját jövőnk
- Egyensúly kialakítása és napi fenntartása az életünk fontos területein (pénzteremtés – kapcsolataink – önfejlesztés)
- Sématorés – gátló érzelmeink és szokásaink átalakítása emelővé
- Egységes és teljes rendszer – 3 hetes sikerciklusokban élni – a megvalósítás módja és eszközei -> azonnal alkalmazható módszer, az ALPHA generáció tempója

#### **Program:**

- Bevezető prezentáció – 45 perc + 10 perc kérdések – válaszok
- Gm–Élettervezés támogató anyag – feladatok -> későbbi önálló, folyamatos használatra felkészítés -> egy életen át alkalmazható keretrendszer – 2x50 perc
- Gm-Alpha Sprint vászon működése – 50 perc
- Gm-Tiszta Lap vászon működése + támogató applikációk – 50 perc

## Mit vihet haza a nap végén?

- Egy teljes élettervezési keretrendszert a megvalósítást szolgáló eszközökkel -> önálló használatra készen -> új, körülmények szerint változtatható jövőkép és megvalósítás
- Napi hatékony vezetői működést szolgáló módszert -> fókusz a számomra legfontosabbra – napról-napra, hétről-hétre, évről-évre
- Gyorsan megalkotható és gyorsan változtatható eszközrendszert -> maradjak „egyben” extrém gyorsan változó, „zilált viszonyok” között is

## Különlegesség – CANVASOK (1A4 életfejlesztési vásznak)

- Gm Életvonal
- Gm Tiszta lap
- Gm Alpha Sprint
- Gm Sématorés
- Gm Élettervezés munkafüzet (28 oldal)
- Ajánlás - 2 mobil applikáció + KKV szoftver vállalkozáson belül

*\*gyakoroljuk a használatukat, iránymutatás a későbbi önálló munkához*

Részvétel díja: ~~67.500 Ft helyett~~ most **36.500 Ft/fő**

**A workshopot tartja:** Tisótzki István (startup és KKV tanácsadó, minősített mentor) Web: [gmvip77.hu](http://gmvip77.hu)



*\*A workshop tartalma és anyagai egy kis részét képezik a Gm-Vip 77 Mestertervezési szolgáltatás eszköztárához. Javasolom a szolgáltatással kötött szerződés keretében vállalkozására szabott további személyes és on-line konzultációk igénybe vételét! Tegyen szert versenyelőnyre!*

*\*\*A workshop tartama alatt kép-, és hangfelvétel nem készülhet!*

*\*\*\*A szolgáltató fenntartja a jogot a téma keretein belüli tartalom változtatására!*