



ZESZYT ROZWIĄZAŃ

AGENDA SKONCENTROWANA NA ROZWIĄZANIACH



Marco Matera

AGENDA SKONCENTROWANA NA ROZWIĄZANIACH

© Marco Matera

rev00 - 24/7/19



Zeszyty rozwiązań są darmowymi e-Bookami stworzonymi w celu promowania podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach i są licencjonowane jako Creative Commons, aby dać ludziom prawo do dzielenia się, stosowania i rozwijania na podstawie naszej pracy.

Aby otrzymywać wiadomości na temat Zeszytów rozwiązań odwiedź stronę internetową www.marcomatera.it i subskrybuj biuletyn.

To tłumaczenie jest edytowane przez Ewa Petrykowska i Agnieszka Sławińska na stronie www.solutionfocusagenda.com możesz o niej przeczytać. Dziękuję bardzo Ewa i Agnieszka

PRZEDMOWA

Cieszymy się, że pobrałeś ten eBook

„Prawdziwe bogactwo to czas.

Czas dla siebie, aby dzielić się i tworzyć, być odżywionym i karmić umysł.”

Mamy nadzieję, że ten krótki przewodnik pomoże Ci sprawić, aby twój czas był bardziej efektywny, skuteczny, zabawny i obfity.

Przewodnik jest bezpłatny, możesz drukować i udostępniać go w ramach kreatywnych praw wspólnych.

Opracowałem ten pomysł i koncepcję oraz współtworzyłem układ z Alberto Vassale.

Wszystko dla trzech korzyści:

- ☒ Za każdym razem, gdy kupisz agendę, będzie Ci towarzyszyła przez rok, bez względu na miesiąc i rok, w którym go kupiłeś.
- ☒ Jest skonstruowany tak, aby pomóc Ci skupić uwagę na podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach.
- ☒ Możesz spersonalizować dziennik dodając sekcję, która Ci się podoba.

Jeśli chcesz kupić agendę, to jest ten link

Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej o narzędziach, odwiedź stronę internetową www.solutionfocusagenda.com

Baw się dobrze!

Marco Matera i Alberto Vassale

“La vera ricchezza è il tempo per sé,,
"PRAWDZIWE BOGACTWO TO CZAS POŚWIĘCONY DLA SIEBIE"

marco matera

WPROWADZENIE

Celem tego e-booka jest zilustrowanie struktury i zastosowania agendy.

Oczywiście zarządzanie agendą jest tradycyjne i intuicyjne, ale to, co chcemy zaoferować, to sposób na zwiększenie zasobów i zapewnienie narzędzi do szybszego osiągnięcia celów.

Zasadniczo poprawa jakości życia

www.marcomatera.it



Zawsze szukałem agend, które pomogą mi zarządzać moim rokiem i nigdy nie znalazłem takiego, który byłby w pełni zgodny z moimi wymaganiami.

O jaką agendę pytałem?

- ☒ Roczny plan w postaci wykresu z miejscem na notatki i przejrzysty układ comiesięcznych spotkań.
- ☒ Miesięczny plan w postaci wykresu z miejscem do zapisów.
- ☒ Tygodniowy arkusz planowania zamiast arkusza dziennego.
- ☒ Sekcja do zapisywania rzeczy do zrobienia: rozmowy telefoniczne itp.

Zawsze kończyłem na personalizowaniu moich agend, ale mimo to nigdy nie było to to, czego chciałem i zadawałem sobie pytanie

**„Załóżmy, że znalazłeś idealną agendę, jaka ona jest?
Jakie miałyby funkcje i jak byłaby zorganizowana?”**

Chciałem agendę, która pozwoliłby mi zorganizować swój czas z filozofią skoncentrowaną na rozwiązaniach. Więc taką stworzyłem.

Papierowy dziennik złożony z różnych podejść, które ułatwiają moje życie.

Mimo że cenię cyfryzację, stwierdzam, że pisanie, rysowanie lub pisanie bazgrołów pomaga mi lepiej zapamiętywać rzeczy. Podoba mi się, gdy czuję ołówek na papierze i możliwość postawienia kreski na rzeczach, które zrobiłem.

Poza tym, pisanie i personalizowanie czegoś sprawia, że czuję się bardziej unikatowo



PORANNA RUTYNA

To, co widzisz na zdjęciu, to moje „poranne biurko”.

To jest bar, w którym narodził się projekt Agendy SR. Od początkowej koncepcji do projektu graficznego i ostatecznej publikacji.



W tym miejscu codziennie rozpoczynam dzień, otwierając agendę, sprawdzając wczorajsze notatki i potwierdzając spotkania. Ale co najważniejsze, piję kawę i jem śniadanie, zadając sobie pytanie:

**„Jeśli dziś - lub ten tydzień, jeśli to poniedziałek - będzie fantastyczny,
co przyniosędo domu?”**

To proste pytanie jest w stanie przenieść naszą uwagę z wszelkich negatywnych oczekiwań na poczucie kompetencji.

Posiadanie papierowego dziennika pozwala mi zapisywać rzeczy bez bycia online.

Wczesnym rankiem wciąż mogę być niewidoczny dla reszty świata, żadnych połączeń telefonicznych, żadnych powiadomień.

To święta przestrzeń, w której mogę spędzać czas ze sobą, myśląc o tym, co chcę osiągnąć, o tym, co muszę zrobić i jak to zorganizować. To moja rutyna i pomaga mi uzyskać jasny obraz kroków, które należy podjąć.

Jest dużo literatury potwierdzającej wartość procedur; opowiem ci o zaletach, które mi to daje:

- ☒ Czas dla siebie - zaczynam dzień mówiąc do siebie: "Jesteś ważny".
- ☒ Pozwala mi to budować mój dzień powoli, określając i pamiętając cele.
- ☒ Sprawia, że czuję się skoncentrowany i panuję nad sytuacją, co pozwala mi organizować dzień, a nie tylko przechodzić od jednej rzeczy do drugiej.

MODEL SKONCENTROWANY NA ROZWIĄZANIACH

Narzekać jest niestety powszechnym zachowaniem i często bez naszej świadomości ogromnie zmniejsza naszą zdolność do działania.

Podejście skoncentrowane na rozwiązaniach pomaga nam przejść od skarg do działań, od wyobrażenia sobie katastrofalnych scenariuszy, po solidną ocenę korzyści możliwych rozwiązań.

Skoncentrowanie na rozwiązaniach narodziło się w Stanach Zjednoczonych jako forma krótkiej terapii, a następnie rozpowszechniła się na świecie dotykając różnych dziedzin, takich jak coaching, szkolenia i doradztwo.

Mimo że **skoncentrowanie na rozwiązaniach** jest wykładane i uznawane za metodę, dla mnie jest to po prostu podejście zdolne do aktywacji i wzmocnienia naszych zasobów i mocnych stron, jak również daje wyraźny wgląd w kroki, które należy podjąć w celu rozwiązania.

Na początku może być konieczne ćwiczenie proaktywnego podejścia, ale wkrótce stanie się ono sposobem pracy, który mi osobiście ułatwił życie.

Szkolenie wyćwiczyło nas lepiej w rozwiązywaniu problemów niż marzenia o rozwiązaniach.

Ucząc się korygować błędy, nasz umysł przyzwyczaił się do skupiania się na tym, co jest złe lub wymaga naprawy. W ten sposób możemy przeoczyć lub nie docenić dobrych aspektów lub rzeczy, które robimy dobrze.

Rezultat?

Nazywam to „**efektem chomika**”.

Przeskakujemy z jednego projektu do drugiego i z jednego zadania do następnego bez zatrzymywania się, aby świętować nasze sukcesy i dawać uznanie temu, co zrobiliśmy. Po prostu wirujemy w kole chomika!

Przynajmniej jest tak w moim przypadku, dorastałem w pokoleniu, w którym uzyskiwanie dobrych ocen było po prostu „twoim obowiązkiem!”

Podejście skoncentrowane na rozwiązaniach skupia się właśnie na nadawaniu wartości temu, co działa, dobrym aspektom i naszym zasobom.

Pomaga to świętować sukces i pozwala nam zacząć zastanawiać się, jakie zmiany wprowadzilibyśmy, aby rzeczy działały.

Myślenie o ubóstwie aktywuje w umyśle oczekiwanie dalszego niedoboru.

Dwa najważniejsze narzędzia SR, które znajdziesz w agendzie, to w zasadzie:

☒ Cudowne pytanie

☒ Zastosowanie skali

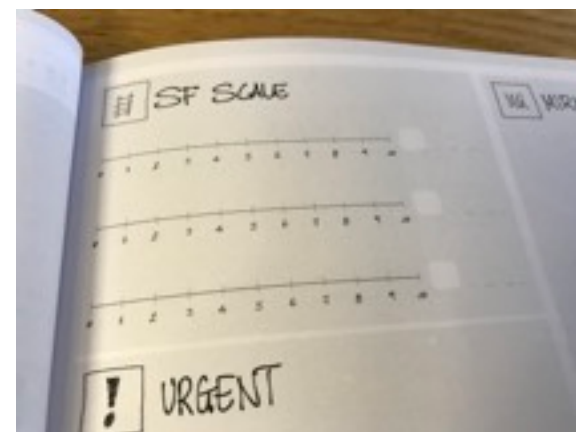


The cudowne pytanie brzmi:

„Przypuśćmy, że wydarzy się cud, który da ci to, co chcesz osiągnąć, co by się zmieniło?”

Jest to bardzo potężne pytanie, ponieważ skupiając się na niewielkich różnicach, zaczynamy dostrzegać zalety i efekty.

Skąd wiesz, kiedy osiągnąłeś to, co sobie wyznaczyłeś?



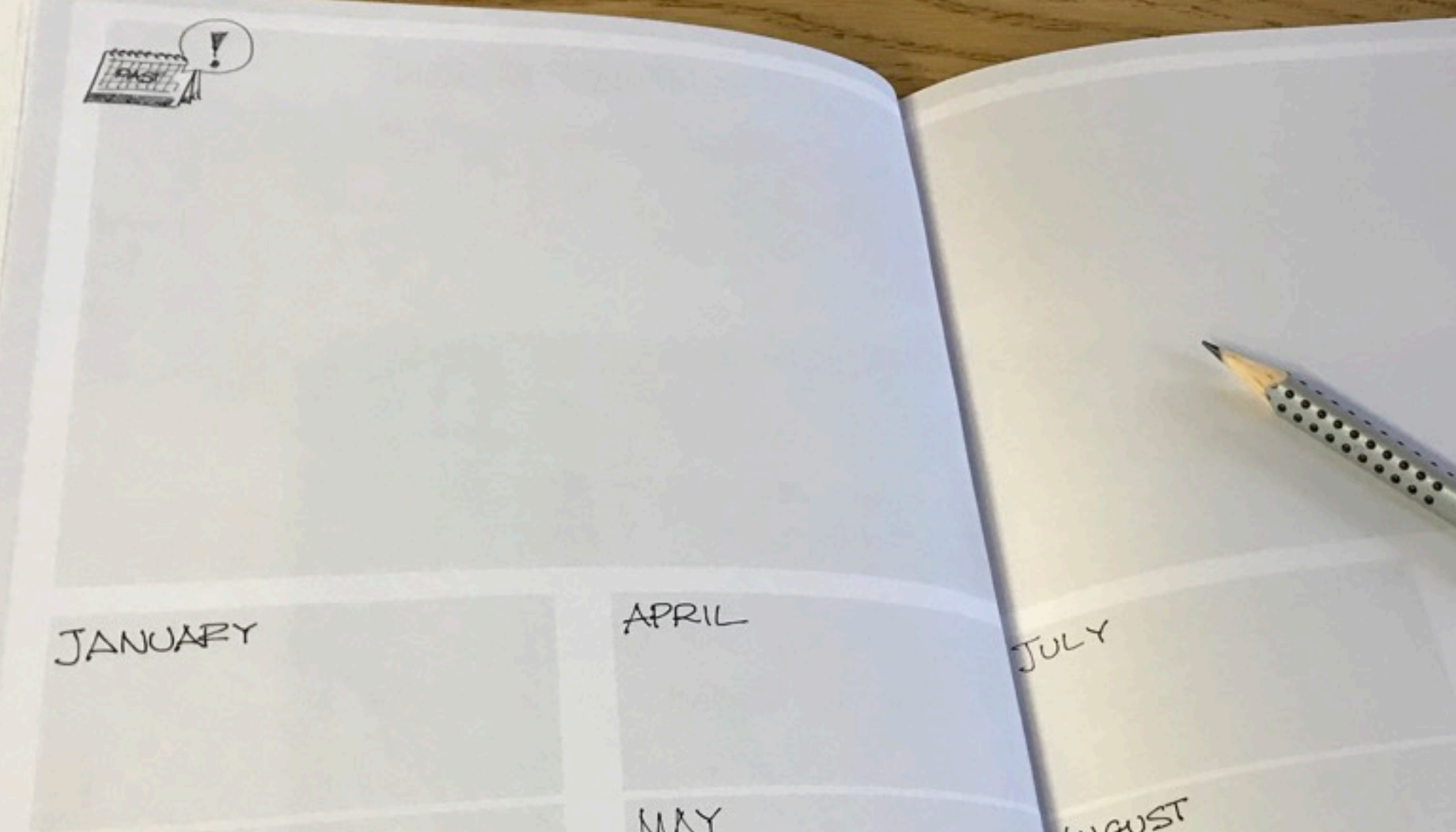
Podejście skoncentrowane na rozwiązaniach działa w skali od 0 do 10, co daje namacalną wartość w chwili obecnej i każdym kroku prowadzącym do rozwiązania. Numer 10 reprezentuje punkt końcowy i rozwiązanie, natomiast 0 oznacza punkt początkowy

W poszczególnych sekcjach znajdują się dalsze wyjaśnienia, ale aby dowiedzieć się więcej na ten temat, zajrzyj na moją stronę (www.marcomatera.it) a znajdziesz:

- ☒ Książkę, której byliśmy kuratorami dla Franco Angeli
- ☒ Mapę wyjaśniającą różnice między rozwiązywaniem problemów a skoncentrowaniem się na rozwiązaniach
- ☒ Narzędzia do coachingu i wiele więcej.

RETROSPEKTYWA ZESZŁEGO ROKU

Jak minął ci zeszły rok?



**“Zatrzymanie może
być innym sposobem
przejścia do przodu”**

Co roku między 27 a 31 grudnia poświęcam trochę czasu na przemyślenie i ocenę minionego roku. Rodzaj analizy.

Mam szczęście mieszkać w pobliżu Telleri we Włoszech, więc w tych dniach spaceruję po małej wiosce z moim pamiętnikiem pod ręką, wpatrując się w morze i pozwalając dźwiękowi fal kołysać mnie, gdy zastanawiam się nad minionym rokiem.

Myśląc o minionym roku, moglibyśmy opisać go w kategoriach niedoboru:

„Był straszny, chciałem zrobić A, B, C i nic nie zrobiłem!” lub pod względem wysiłków, które podjęliśmy lub problemów, z którymi się borykaliśmy.

Z drugiej strony, moglibyśmy opisać to w kategoriach obfitości, skupiając naszą uwagę na dobrych i użytecznych rzeczach, które się wydarzyły. Na nowych ludziach, których spotkaliśmy.

Jeśli nasza ocena jest negatywna, ponieważ był to szczególnie trudny rok, możemy skupić się na tym, co nas przez to przeprowadziło, jakie zasoby włożyliśmy w grę lub kto podał nam rękę.

To jest dokładnie to, co robię.

Wracam myślami do wszystkich interesujących rzeczy, ludzi, którzy wzbogacili mnie osobiście i zawodowo.

Szanse, jakie miałem, te, z których skorzystałem i te, które straciłem. Lekcje, które otrzymałem.

Zasoby, które wprowadziłem do gry.

Kiedy to jest zrobione - co jest przyjemne samo w sobie - robię następny krok: marzę o nowym scenariuszu.

Daj sobie czas na pomyślenie i zapamiętanie.

Masz dużą sekcję po dwóch stronach, gdzie możesz rysować i pisać notatki, a także są wyznaczone pola na każdy miesiąc, dzięki czemu możesz pisać w najważniejszych sprawach.



WYOBRAŻENIE PRZYSZŁOŚCI

*“Może nie wiem, co jest dobre, ale
zdecydowanie wiem, co jest lepsze “*

Steve de Shazer

W „Venti favorevoli” Angelo Ricci* skomentował słowa Walta Disneya „Jeśli potrafisz o czymś marzyć, to potrafisz tego dokonać” mówiąc... „Nie wiem, czy to prawda, ale jeśli nie możesz o czymś marzyć, jest mało prawdopodobne, że tego dokonasz.”

Zawsze mając na uwadze podejście skoncentrowane na rozwiązaniach, zadaję sobie pytanie:

“Jeśli przyszły rok będzie fantastyczny, jakie będą te dobre rzeczy?”

W tych dniach pod koniec grudnia wyobrażam sobie wszystkie możliwe nowe różnice, których chciałbym doświadczyć, gdyby wszystko działało dobrze. Co by się stało, jak bym się czuł, jak byłbym ubrany i kim byłbym?

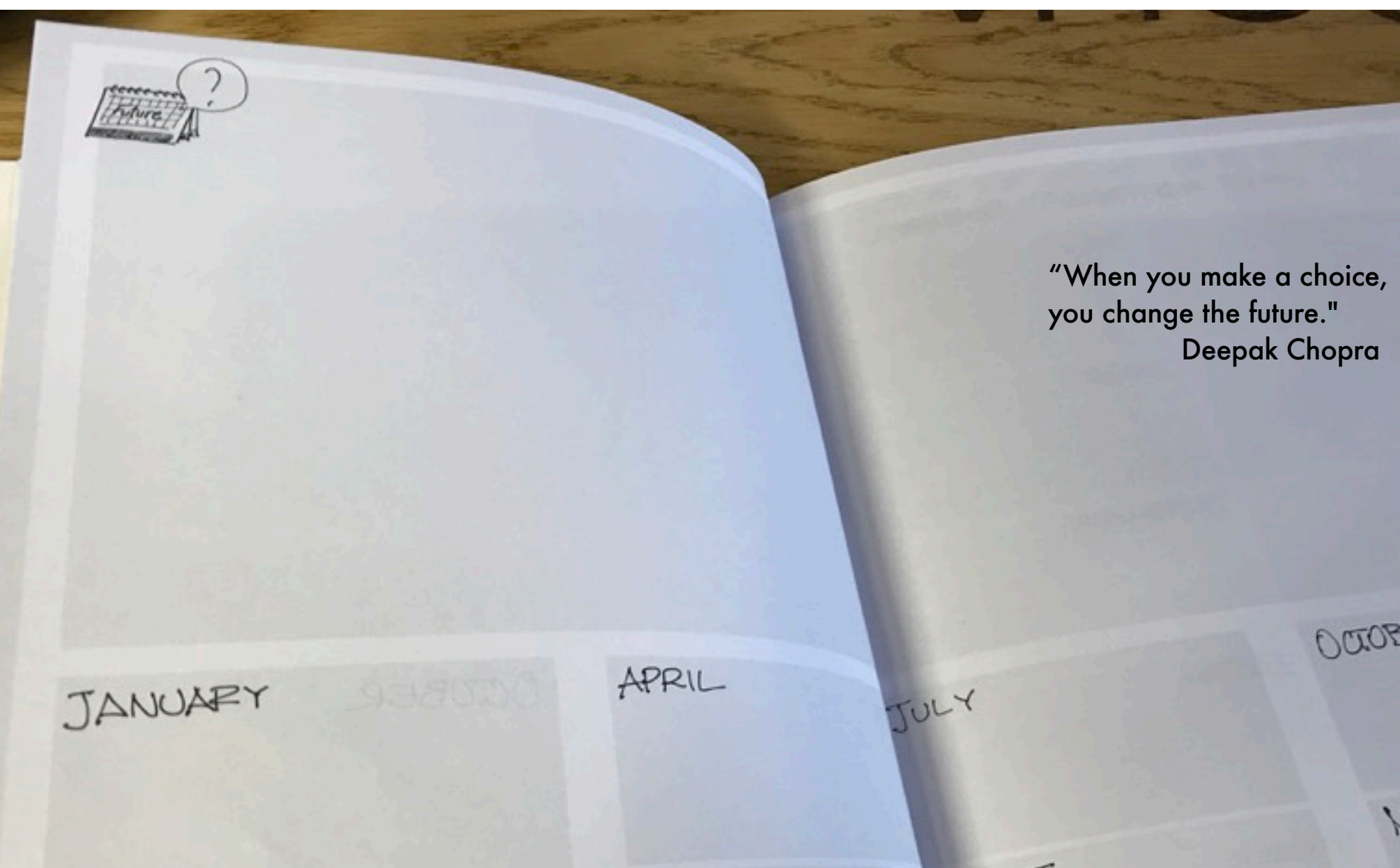
To trochę tak, jakbyśmy myśleli w trybie szybkiego przewijaniu, aby ocenić to, co się wydarzyło.

Myślę o projektach, które chciałbym zrealizować, o moich wakacjach, znaczących ludziach i wszystkich nowych rzeczach, których chciałbym się nauczyć.

Poświęcam trochę czasu zaskoczeniom, wyobrażając sobie rzeczy, które by mnie zadziwiły.

Kiedy zaczynam planować rok, mam już dobry pomysł na ważne rzeczy.

* Wynalazca i twórca sognatorisvegli, jednego z najbardziej ocenianych podcastów w iTunes www.sognatorisvegli.com



PLANOWANIE

Zawsze szukałem rocznych planów w postaci wykresów.

Możliwość zobaczenia zaplanowanych spotkań ułatwia planowanie.

Roczny wykres planu jest pusty, ma tylko miesiące i datę, więc od Ciebie zależy, czy wypełnisz dzień tygodnia. W ten sposób będziesz mógł z niego korzystać niezależnie od roku, w którym otrzymasz agendę

Drugi roczny wykres planu ma 12 miesięcy po 31 dni, więc możesz rozpocząć rok, kiedy tylko chcesz, a dziennik zakończy się miesiącem, w którym zacząłeś zamiast grudnia.

Planowanie i tworzenie mojego rocznego kalendarza jest dla mnie bardzo ważną procedurą.

Po zastanowieniu się nad wszystkimi dobrymi rzeczami, które się wydarzyły i wyobrażając sobie wszystkie wspaniałe, użyteczne i zaskakujące rzeczy, na które czekamy, nadszedł czas, aby rozpocząć działania.



Pierwszą rzeczą, którą robię, jest wypełnianie dni tygodnia w każdej kolumnie miesięcznej, a następnie zaznaczanie niedziel i świąt mazakiem.

Sugeruję użycie koloru, który nie przebija się przez stronę.

Ta praca będzie wymagała pewnej koncentracji, jeśli chcesz to zrobić starannie, ale pod koniec będziesz miał cały rok przed sobą, podzielony na dwie sześciomiesięczne kolumny.

Teraz, kiedy masz przed sobą swój rok, podświetlone tygodnie i weekendy, co czujesz?

Co chciałbyś najpierw napisać? Jakie są twoje priorytety?

Na YouTube jest video o **zarządzaniu czasem** w którym profesor przedstawia swoich uczniów z pustym słoikiem. Zaczyna wypełniać go dużymi kamieniami i pyta klasę, czy myślą, że zostało jeszcze jakieś miejsce. Następnie wkłada mniejsze kamienie, wypełniając słoik po brzegi. Kiedy uczniowie odpowiedzą, że jest już pełny, dodaje piasek i wypełnia puste przestrzenie. Wygląda na to, że nic innego nie zmieściłoby się w słoiku, ale profesor nalewa trochę wody.

Morał tej historii jest taki, że musisz zacząć od dużych kamieni, aby wszystko pasowało.

Jakie są twoje duże kamienie?

Moje są zadania, których nie można odkładać w czasie i wakacje.

Możesz użyć różnych kolorów dla różnych kategorii, odpowiednich dla Ciebie. Lubię używać ołówka. Przypomina mi to również, że wszystko można zmienić...

Po zapisaniu wszystkich spotkań cofnij się o krok i zadaj sobie pytanie: „Jeśli ten rok okaże się fantastyczny, to jakie fantastyczne rzeczy się zdarzą?”

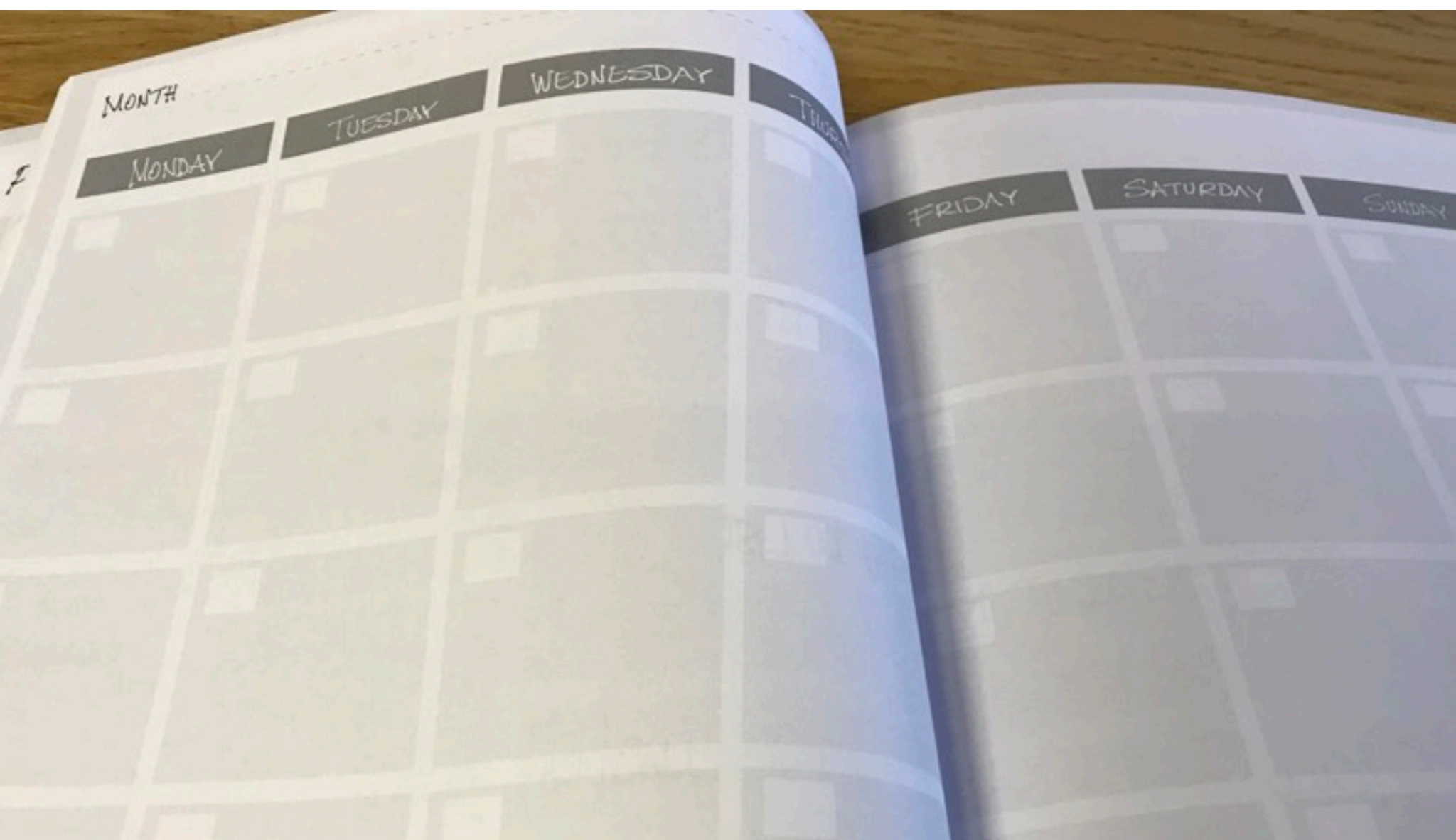


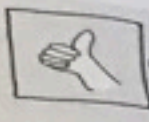
Może pojawią się działania, o których wcześniej nie pomyślałeś.

Potem przechodzę do **planowania miesięcznego**: tutaj znajdziesz dni tygodnia, ale nie ma daty. Możesz spersonalizować miesiące na podstawie bieżącego roku.

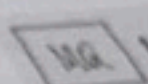
Dni tygodnia zostały ustawione rozpoczynając od poniedziałku.

Każdego miesiąca wypełniam plan terminami, które już napisałem na wykresie planu rocznego. Jest tu więcej miejsca do dyspozycji, więc plany mogą być bardziej szczegółowe.

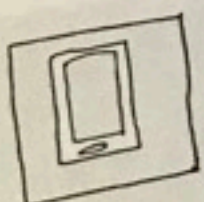


 GOALS

 SF SCALE

 MIRACLE Q

 URGENT

 CALL

7

SEKCJE AGENDY

Przejdźmy teraz do planowania tygodniowego.

Dni tygodnia są umieszczone w kolumnach od poniedziałku do niedzieli i mają obok siebie pole, w którym można dodać datę, w zależności od miesiąca, do którego odnosi się strona.

Każdy miesiąc ma pięć tygodni.



Cele

Co chciałbyś osiągnąć w tym tygodniu? Czy pracujesz nad celami, które zakończą się w tym tygodniu?

Ja po prostu zapisuję kilka słów i rozważam efekty, jakie daje mi osiągnięcie tego celu.



Call Połączenia telefoniczne

Ta sekcja dotyczy ważnych połączeń telefonicznych. W dzisiejszych czasach często komunikujemy się mniej niż 140 znakami przez WhatsApp i Messenger, więc rozmowa telefoniczna nabiera ogromnej wartości.

Używam pól wyboru, dzięki czemu mogę je zaznaczyć, gdy są zrealizowane. Ale przejdźmy do sedna narzędzi skoncentrowanych na rozwiązaniach.



Cudowne pytanie

Cudowne pytanie to kluczowy krok w skoncentrowaniu na rozwiązaniach.

W tej sekcji możesz zastanowić się nad skutkami osiągnięcia swoich celów.

Wyobraź sobie przez chwilę, że wszystko działa cudownie, a cele, które zapisałeś w sekcji celu, realizują się.

Co by się zmieniło?

Lub wyobraź sobie, że twój tydzień będzie fantastyczny, co by się zmieniło? Przeanalizuj te różnice pod różnym kątem.

Zanurz się w scenie; wyobraź sobie, że naprawdę jesteś w „cudownej” sytuacji.

Jak czuje się twoje ciało, brzuch, kończyny, ramiona...? Jakie czujesz emocje? Jakie nosisz ubrania?

Gdybyśmy zapytali kogoś bliskiego, jakie zauważył różnice, co by odpowiedział?

Nie musisz niczego zapisywać, wystarczy wiedzieć, że ta sekcja istnieje, a to sprawi, że będziesz o tym myśleć. Założyciel podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach Steve de Shazer, powiedział: „...*Mogę nie wiedzieć, co jest dobre, ale zdecydowanie wiem, co jest lepsze*”

Ponad piętnastoletnie doświadczenie, zarówno ze mną, jak i z moimi klientami, udowodniło mi, jak skuteczne są te metody w osiągnięciu naszych celów.

Pozwalają nam dostrzec zalety osiągnięcia rezultatu. Zwiększa to motywację do osiągnięcia celu. Pozwala nam to również poczuć, że zasługujemy na ten rezultat!

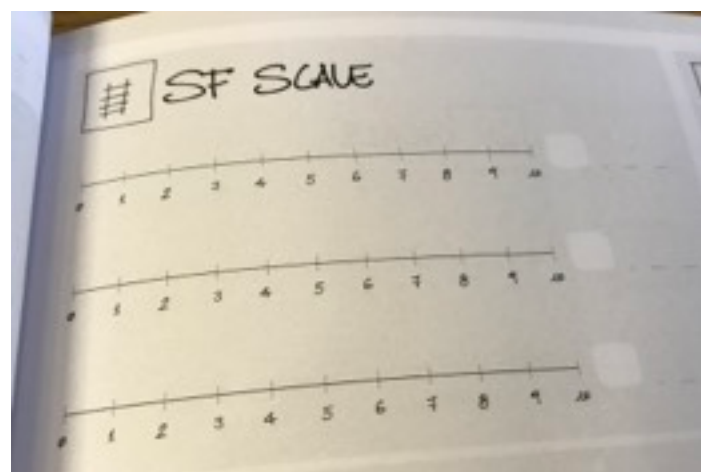
Jeśli myślę, że nie zasługuję, popełniam sabotaż wobec samego siebie.



Sekcja skali

W tej sekcji znajdziesz trzy od 0 do 10 skal z trzema kwadratami obok i trochę miejsca do zapisów.

W każdej skali liczba 10 reprezentuje punkt końcowy, cel osiągnięty, a 0 oznacza jego przeciwieństwo. Możesz użyć kolorowego znacznika w polu, aby utworzyć kategorię.



Na przykład, jeśli używam pierwszej skali dla zadania, a jestem nieco do tyłu - powiedzmy, że oceniam go na 3 - mogę kolorowym markerem umieścić kropkę na numerze trzy i podświetlić pole tym samym kolorem identyfikując je z określoną kategorią.

W innej skali, być może związanej z hobby, mogę być przy numerze 7.

Co mogę zrobić, aby osiągnąć jeden punkt wyżej?

Jeśli moja odpowiedź inspiruje do nowych działań, mogę zapisać je na mojej „liście rzeczy do zrobienia” z polami wyboru.



Pilne

Zwykle zapisuję rzeczy, które muszę rozwiązać w danym dniu lub tygodniu. Na przykład płacenie rachunku, rezerwacja podróży lub zakup biletu kolejowego. Zwykle są to zadania wymagające niewielkiego wysiłku. Z tego powodu odróżniłem je od pilnych zadań, które umieściłem na wykresie Eisenhowera, który znajdziesz dalej.

Pisanie pomaga mi nie zapomnieć.

Jeśli muszę wysłać ważny e-mail lub zadzwonić, zwykle używam określonego kwadratu i koloru czerwonego.



Lista rzeczy do zrobienia

To jest sekcja, której zawsze brakowało mi w moich poprzednich dziennikach. Dedykowane miejsce na listę rzeczy do zrobienia w ciągu tygodnia, z polem wyboru obok.

Kiedy wykonam zadanie, zwykle zaznaczam to pole i również rysuję kreskę przez całe pole. To może wydawać się zwyczajne, ale daje mi poczucie satysfakcji: wykonane!

Cokolwiek nie udało mi się ukończyć, zapisuję w następnym tygodniu lub wymazuję, jeśli nie jest to już konieczne.

Puste pole

Zawsze uwielbiałem personalizować mój program, więc postanowiłem zostawić puste miejsce na personalizację, tak jak chcesz. Po prostu dodaj ikonę, aby sklasyfikować puste miejsce.

Kilka sugestii



Nie korzystam zbyt często z e-maili, raczej dzwonię, jednak konkretny kwadrat może być przydatny. Snuj domysły o swoim e-mailu by uzyskać pożądaną efekt.

Co byś dostał? Jaką ważną informację musi wiedzieć czytelnik, aby spełnić Twoje oczekiwania?

Jest to metoda SR stosowana w komunikacji, zarówno pisanej, jak i mówionej.



Zawsze jest coś w tygodniu, co należy zapisać.



Cytaty mogą być kolejną ciekawą sekcją do dodania. Inspirująca myśl lub fraza do otwarcia lub zamknięcia tygodnia.



Czy musisz śledzić swój budżet? Możesz użyć tego pola, aby zanotować swoje tygodniowe wydatki.



Czy jesteś osobą kreatywną i masz wspaniałe pomysły w ciągu tygodnia? Zapisz je tutaj.



SEKCJE SPECJALNE

Agenda zawiera również specjalne sekcje:

- ☑ Wykres Eisenhowera
- ☑ Wykresy SR
- ☑ Cudowne skalowanie



Wykres Eisenhowera

Zawsze tęskniłem za wykresem Eisenhowera w dziennikach, które kupowałem, więc rysowałem go na tyle okładki.

Uważam, że jest bardzo przydatny w zarządzaniu priorytetami. Wszystko czego potrzebujesz to długopis i karteczki post-it. Wykres składa się z czterech ćwiartek, dwóch rzędów i dwóch kolumn.

Lewa kolumna przeznaczona jest do **PILNYCH** spraw i prawa kolumna jest do **NIEPILNYCH** zadań.

Rzędy kategoryzują pod względem ważności. Górny wiersz jest do spraw **WAŻNYCH**, a dolny wiersz jest do spraw **NIEWAŻNYCH**.

W Internecie można znaleźć wiele informacji na temat wykorzystania i historii wykresu Eisenhowera. Jeśli wszystkie twoje sprawy są pilne i ważne, w efekcie będziesz pracować w ciągłym trybie nagłej sytuacji, a jeśli twoje działania są pilne, ale nie są dla ciebie ważne to, być może zarządzasz pilnymi i ważnymi sprawami kogoś innego.

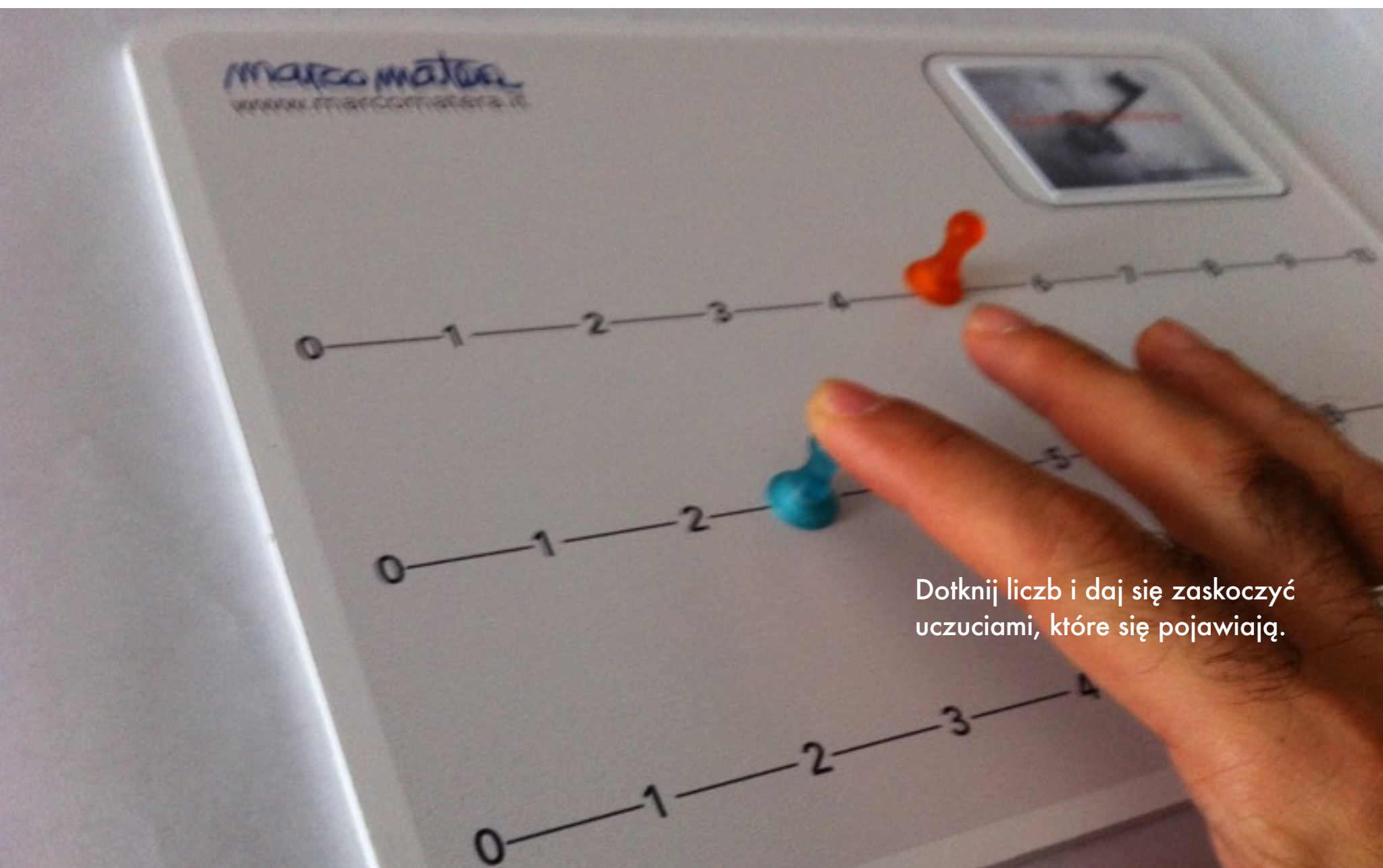
Korzystam z tego wykresu, aby zarządzać moim programem i pracować na obszarach makro. Zapisuję moje projekty na dużą skalę, a następnie zarządzam nimi osobno. Daje mi to jasny i natychmiastowy przegląd moich ważnych spraw.

Cudowne skalowanie

Z Riccardo Benardonem opracowałem metodę coachingu, która okazała się bardzo szybka i skuteczna.

Zawsze miałem kopię diagramu z mojej agendy.

Może być przydatny przy pracy nad celem lub wykorzystany w rozmowie z przyjacielem lub klientem. Możesz przeczytać artykuł, który napisaliśmy dla [The Knowing field](#).



Dotknij liczb i daj się zaskoczyć uczuciami, które się pojawiają.

SF Canvas

What do you want?	Where are you? 0 ————— 5 ————— 10	Resources
	What works?	
Actions		Advantages

marco matera



Wykres skoncentrowany na rozwiązaniach

Stworzyłem wykresy SR, aby ułatwić zarządzanie projektami.

Wykres SR lub sondaż jest wynikiem moich badań w dziedzinie podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach, prawdziwej zmiany paradygmatu na znalezienie rozwiązań bez analizowania problemów.

Podejście skoncentrowane na rozwiązaniach (SR) zapisane jest w diagramie w uproszczeniu. Wykresy przedstawiają pojemniki do gromadzenia spostrzeżeń jako rodzaj „planu wyjścia z planu”.

Są to proste narzędzia i opublikowałem artykuł, w którym wyjaśniam praktyczne zastosowanie, zalety i zasady eksperymentowania, przyczyniając się tym samym do badań w świecie SR.

Pobierz mój artykuł [tutaj](#)

MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE 9



@SolutionFocusAgenda

Solution Focus Agenda in the world



Solution_Focus_Agenda



#Solutionfocusagenda



www.solutionfocusagenda.com



AMBASADORZY

Budapest Solworld Conference 2019

Dzięki ambasadorom, którzy wzięli udział w warsztatach w zakresie agendy skoncentrowanej na rozwiązaniach, które przeprowadziłem w Budapeszcie, ten „zeszyt rozwiązań” zostanie przetłumaczony na różne języki.

Ambasadorzy ci nie tylko przetłumaczą przewodnik, ale będą również oferować seminaria w celu zapoznania z podejściem skoncentrowanym na rozwiązaniach stosowanym w zarządzaniu agendą.

Dzięki trzem trenerom w zakresie skoncentrowania na rozwiązaniach, którzy są absolutnie zafascynowani projektem, ten eBook zostanie przetłumaczony na:

☒ francuski

☒ słowacki

☒ węgierski

a teraz dzięki Ewie i Agnieszka ebook jest również tłumaczony na język polski

Wszystkie ich dane i referencje znajdziesz na stronie internetowej www.solutionfocusagenda.com

" Nie ma znaczenia, co bierzesz,
ale co zostawiasz"





WNIOSKI

Mam nadzieję, że te wskazówki są przydatne.

Życzę lat pełnych wspaniałych pomysłów, emocji i czasu dla siebie.

Jeśli chcesz dowiedzieć się o mnie trochę więcej, zapraszam na [moją stronę internetową](#) lub [skontaktuj się ze mną](#) i zarezerwuj spotkanie przez Skype

Proces tworzenia tego programu z Alberto Vassale był bardzo interesujący. Opracowaliśmy wszystko od zera, od projektu graficznego po layout. Mamy więc już cały materiał do opracowania spersonalizowanych wersji, zarówno korporacyjnych, jak i osobistych.

Jeśli chcesz stworzyć swój spersonalizowany dziennik [skontaktuj się z nami](#)



*"Wymyśliłem to życie. Każdy może to
zrobić, wystarczy odwaga i determinacja "*
Tiziano Terzani