



Podcast „Z pasją o mocnych stronach”

Data publikacji: 12.07.2017

**Tytuł:** Podcast 064 – Rozmowa o produktywności z Jackiem Kłosińskim

To jest podcast „Z pasją o mocnych stronach”, odcinek 64., rozmowa o produktywności z Jackiem Kłosińskim.

Nazywam się Dominik Juszczyk i w tym podcaście opowiadam o tym, jak odkrywać swoje talenty, budować mocne strony i jak z nich korzystać w codziennym życiu. Jeśli chcesz działać skuteczniej, wykorzystując swoje mocne strony, to ten podcast jest dla Ciebie.

Cześć! Witajcie w kolejnym odcinku podcastu. Dzisiaj rozmowa o produktywności, ale też o talentach. Od jakiegoś czasu śledzę działania Jacka Kłosińskiego w internecie. To osoba, która postrzegana jest jako specjalista od produktywności, efektywności – i rzeczywiście nim jest. Mówi o tym w podcastach, na YouTube, na blogu, w warsztatach, które prowadzi. W końcu udało mi się go zaprosić do podcastu. Dodatkowym bonusem jest to, że Jacek zgodził się zrobić test StrengthsFinder, więc mogliśmy naszą rozmowę oprzeć również na talentach. Okazało się, że obaj mamy talent *intellection*. Rozmawiając o produktywności i efektywności, nie poruszaliśmy w ogóle narzędzi, np. jaka aplikacja jest lepsza, gorsza, natomiast dotknęliśmy takich wątków jak: co wpływa na produktywność, od czego zacząć, czym ona jest, a czym nie, co jest w niej trudne. Zastanawialiśmy się także, jak różne talenty wpływają na różne podejścia do produktywności.

Nie przedłużając, zapraszam do rozmowy, która mnie osobiście bardzo się podobała, mam nadzieję, że Wam również się spodoba. Zapraszam!

**Witaj, Jacku!**

Cześć, Dominiku!

**Dziękuję Ci, że zgodziłeś się znaleźć trochę czasu na spotkanie ze mną i porozmawianie o produktywności.**

Nie ma problemu, na takie tematy można bardzo długo i burzliwie rozmawiać. Bardzo chętnie godzę się na takie rozmowy, szczególnie z Tobą, więc dziękuję, że mnie zaprosiłeś.

**Przed wywiadem poprosiłem Cię o zrobienie testu StrengthsFinder. Moich słuchaczy bardzo interesuje to, z jakimi talentami przychodzą goście. Proszę, powiedz parę słów o sobie i swoich talentach.**

Nazywam się Jacek Kłosiński, dużo rzeczy robię, wiele ogarniam, ale jeśli miałbym powiedzieć w skrócie, czym się zajmuję, to powiedziałbym, że pomagam w kreatywnej pracy. Przejawia się to w edukowaniu, czyli prowadzeniu różnego rodzaju szkoleń. Prowadzę m.in. szkolenia dla firm zewnętrznych na zaproszenie, w celu przeszkolenia konkretnej firmy, ale robię też swoje własne szkolenia, na które każdy może się zapisać. Uczę także online, czyli albo w formie kursów online, albo

darmowych materiałów rozsianych w różnej formie, bo najwięcej czasu poświęciłem blogowaniu tekstowemu, a od niedawna mam też podcast. Zaangażowałem się również w YouTube, któremu poświęcam dużo uwagi i energii. Kręcenie wideo strasznie mi się spodobało. Można więc powiedzieć, że jestem youtuberem czy raczej twórcą internetowym, bo robię dużo różnych rzeczy. Jeśli miałbym powiedzieć o tematach, których to dotyczy, to jest to właśnie pomoc w kreatywnej pracy dla freelancerów, kreatywnych zawodów, jak np. graficy, copywriterzy, programiści itd., w tematach związanych z produktywnością, marketingiem, prowadzeniem własnego biznesu i rozwojem osobistym.

**Wydaje się, że to dużo tematów, ale z tego, co widzę, to wszystko jest bardzo spójne. Mimo że pierwszy raz rozmawiamy, to bardzo dobrze znam Twój głos – lubię Cię słuchać i oglądać.**

Dziękuję Ci, że dałeś mi możliwość, abym zrobił sobie test StrengthsFinder, że zainspirowałeś mnie do tego. O testach Gallupa słyszałem wiele dobrego, nieraz słuchałem też Twojego podcastu. Nie mogłem jednak wziąć się za ten test, ponieważ uważałem, że dosyć dobrze znam siebie samego. Test Gallupa jest fajny i warto go zrobić, ale nie jest jedynym, najlepszym testem – jest dużo innych metodologii opisywania typów osobowości czy znajdowania swoich preferencji, źródeł motywacji. Znam dużo takich testów, czytałem wiele koncepcji, np. teorie Junga, test czterech tendencji Gretchen Rubin. Wiele takich rzeczy przerabiałem i w pewnym momencie stwierdziłem, że już tyle tego było, tak dobrze siebie znam – w czym jeszcze może mi pomóc ten test Gallupa? Jednak faktycznie pokazał mi kilka rzeczy. Szczególnie kontrowersyjny okazał się talent *relator*, czyli coś związanego z relacjami międzyludzkimi, z budowaniem więzi. Zawsze uważałem, że to moja pięta achillesowa, bo poza tym, że mam rodzinę, przyjaciół, to w bliskich kontaktach nie jestem zbyt dobry – zapominam o urodzinach czy zbyt rzadko dzwonię do znajomych. Zdziwiło mnie, że mam ten talent. Podpowiedziałeś mi i otworzyłeś oczy na to, że to ma związek z pozostałymi talentami, że nabierają wtedy innego znaczenia i przejawiają się w troszkę innych obszarach. Więc *relator* w połączeniu z *intellection* czy *input* nabiera zupełnie innego znaczenia.

**Cała Twoja piątka to: uczenie się, *intellection* – intelekt, *input* – zbieranie, *deliberative* – rozważa, *relator* – bliskość. Zgadzam się, że istnieje mnóstwo różnych narzędzi. Nie uważam, żeby Instytut Gallupa odkrył tu coś unikalnego. To jest ich metoda, natomiast nigdy nie podobało mi się to, że – jak od początku twierdzą – ona ma służyć temu, abyśmy byli bardziej produktywni i efektywni.**

Tak, bo można zrobić test i pomyśleć: „Co teraz? Nie jestem bardziej produktywny”. Nie można absolutnie tak na to patrzeć. Z drugiej strony byłby to jeden z pierwszych kroków do tego, żeby stać się produktywnym, czyli zacząć od poznania siebie samego.

**Talenty mówią o tym, jak coś robimy. Jeżeli masz talent uczenie się i zbieranie, to bardziej wskazuje, że będzie Cię interesowało zdobywanie wiedzy i pewnie w ten sposób będziesz się najlepiej rozwijał.**

**Zacznijmy do podstaw. Jacku, ja też czasami prowadzę warsztaty na temat produktywności. Na początku rozmawiam z grupą o tym, czym w ogóle jest produktywność, bo to termin nie dla każdego tak oczywisty jak dla mnie, czyli osoby, która siedzi w tym na co dzień. A jak Ty rozumiesz to pojęcie?**

Zauważyłem, że nie jest jasne. Dla mnie to przejaw klątwy wiedzy. Wydaje nam się, że doskonale wiemy, o czym mówimy, ale trudno nam przybrać perspektywę osoby, która z tym tematem nie jest tak obeznana jak my, nie przeczytała tylu książek na ten temat. Trzymając się Twojej terminologii, wydaje mi się, że produktywność, tak samo jak talenty, można rozumieć dojrzałe i niedojrzałe. Moim zdaniem niedojrzała produktywność kojarzy się wielu osobom z wyścigiem szczurów, pracoholizmem,

zamienianiem się w robota. Dużo o tym piszę w internecie, pokazując ludziom różne techniki. Zawsze są na ten temat różne reakcje, np. gdzie tu miejsce na emocje, spontaniczność, wolność; że to zamykanie siebie w tabelkach, w których mierzysz czas; że kojarzy się to z byciem robotem, pracoholikiem. Tak reagują ludzie, którzy buntują się przeciwko mówieniu o produktywności, przeciwko samemu słowu „produktywność”, które uważają za straszne, brzmiące jak fabryka z taśmą produkcyjną. Niedojrzałość rozumiem w taki sposób, że ludzie zapominają, że to jest tylko ich spojrzenie na ten temat, że może przez to, że mają takie talenty, taki sposób myślenia i motywacji, nie lubią dokładnego mierzenia, ale od razu wylewają dziecko z kąpielą, stwierdzając, że ten cały temat jest głupi, że to nie pomaga, że jest bez sensu. A to jest tylko ich twierdzenie, bo to nie pasuje do ich sposobu działania.

Z kolei dojrzałą produktywność porównałbym do sztuki – to jest jak tworzenie czegoś; sprawienie, że z niczego nagle jest coś; że mamy nic, a stajemy, robimy, działamy, mierzymy, staramy się wyciągnąć jak najwięcej z tego naszego życia, czasu, żeby stworzyć coś wartościowego, coś, co można zachować, co zostanie nawet po naszej śmierci. Generalnie produktywność to filozofia, podejście do życia, które stara się wycisnąć z niego jak najwięcej wartościowych rzeczy i operować tym najcenniejszym zasobem, który mamy, czyli czasem, w taki sposób, żeby miał on znaczenie. Często nawet mówimy, że czas jest produktywny albo nieproduktywny, w tym sensie, że ten nieproduktywny nie ma wartości dodanej, nic nie tworzymy, tylko leżymy na kanapie i oglądamy reklamy. Po godzinie wstajemy, a nasze życie wygląda tak samo. Jeśli jednak produktywnie spędzimy ten czas, to ta godzina sprawi, że będziemy lepsi, bo zrobiliśmy trening, przeczytaliśmy książkę, napisaliśmy coś, spotkaliśmy się z kimś. Produktywność to więc staranie się wycisnąć z życia jak najwięcej przy użyciu technik, metod, sposobów myślenia, które w tym pomagają. To nie jest coś, co przychodzi wielu osobom naturalnie, natomiast da się tego nauczyć i warto o tym opowiadać.

**Też bardzo często spotykam się z takim podejściem, że produktywność to zapieprzanie bardziej, robienie więcej i nie opłaca się być bardziej produktywnym, bo jak będę bardziej produktywny, to każą mi więcej robić, więc będę musiał więcej pracować. Słyszę często zarzut wobec mnie, że jestem niespontaniczny, bo mam wszystko zaplanowane: „Jesteś robotem, ja tak nie chcę”.**

Mam wrażenie, że to przejaw buntu, sprzeciw wewnętrzny wobec wyjścia ze strefy komfortu, żeby coś mierzyć, zaplanować. Bo nawet gdyby podświadomie chcieli, to odrzucają to, bo to wymaga większego wysiłku. Teorie są różne. Jest taka świetna książka „The War of Art” Stephena Pressfielda, która mówi o koncepcji *resistance*, czyli o wbudowanym w każdym człowieku negatorze – mechanizmie, który wszystko będzie w nas negował, mówiąc np.: „A nie idź”, „Pośpij dłużej”, „Jesteś zmęczony”. Gdy pojawia się temat produktywności, to w człowieku odzywa się ten opór: „A po co to?”, „Teraz będę musiał mierzyć”, „Stracę wolność”, „Tutaj nie ma emocji”. Szukamy argumentów, które potwierdzą, żeby tego nie robić. Świadomie też to wyrażamy, pisząc komentarze w internecie, że to jest głupie itd.

W pewnym sensie zgadzam się, że „produktywność” to takie brzydkie słowo kojarzące się z rewolucją przemysłową. Jestem magistrem zarządzania, więc uczyłem się, jak obliczać jednostki produkcyjne i faktycznie jest to bardzo zimne, nieludzkie – produktywność w dużej części kojarzy się z tym. Czasami staram się nawet unikać tego słowa, tylko że nie znam lepszego polskiego odpowiednika, bo efektywność, lepsze efekty albo zarządzanie sobą w czasie to też jakby coś innego. Wydaje mi się więc, że to angielskie *productivity* dla nas, osób, które czytają dużo anglojęzycznych książek, oglądają vlogi, jest naturalne i najbardziej tu pasuje. Nie chcę nikogo obrażać, ale jeśli ktoś po ASP nigdy nie planował, nie zarządzał sobą w czasie i nagle słyszy „produktywność”, to pomyśli sobie, że przyszli korpogoscie, którzy przynieśli mu tabelkę i każą ją wypełniać.

**Że dwa obrazy na tydzień w takiej i takiej formie ma wyprodukować i to jest ta produktywność...**

To też trochę semantyczne, że ludzie odrzucają samą ideę przez to, że ona na starcie im się źle kojarzy i tworzą taką blokadę mentalną. Podobnie jest z coachingiem. Coaching czy rzeczy związane z rozwojem osobistym z zasady są świetne i uważam, że każdy powinien na jakimś etapie czy w jakiejś formie starać się rozwijać osobiście – nawet metodami oferowanymi przez osoby, które można określić jako coachów. Jednak kilku buraków strasznie zepsuło ten temat, a przez to, że są popularni, to powszechnie przyjęło się, że coach to jest ktoś zły, że jeśli ktoś jest coachem i mówi o rozwoju osobistym, to jest jakimś szarlatanem, który ma dziwne metody i zaraz każe Ci w pozycji kwiatu lotosu nacierać się masłem z motyla argentyńskiego, bo dzięki temu będziesz lepiej skupiony. Wylewamy dziecko z kąpielą przez to, że boimy się tego terminu, że go nie rozumiemy, nie chcemy się nad nim zastanowić. Z produktywnością też niestety tak jest.

**Zgadzam się z Tobą. Spodobało mi się tu słowo „filozofia”, dla mnie to też jest sposób życia. Poza tym w tym, co mówisz, widać talent *intellection*, powiązanie z ideami, przemyślenia. Ze mną to bardzo rezonuje, bo też mam ten talent w swoim top 5, zresztą learnera również.**

**Czasami mówię o tej produktywności, efektywności, o tej filozofii robienia rzeczy i pokazuję to często na swoim własnym przykładzie. Trzy lata temu zaplanowałem, że coś zrobię, i teraz w 90% jestem w tym miejscu, bo po drodze sprawdzałem, czy idę w dobrym kierunku. Ludzie mówią, że to jest coś imponującego. Patrzą na kogoś, kto osiąga wielkie efekty – czy w internecie, czy poprzez książkę – i stwierdzają, że też by tak chcieli. Można znaleźć wiele przykładów osób, które coś osiągnęły, dążymy do tego samego. One mówią wprost, jak do tego doszły, czyli przez część technik, o których my mówimy na warsztatach czy pisząc blogi, nagrywając podcasty, które nazywamy technikami zwiększającymi produktywność, efektywność, które pomagają się skupić. Dość często spotykam się z następującym dysonansem: Chciałbym robić tak jak Ty. Chciałbym być w tym miejscu, w którym jesteś. Widzę, jakie są narzędzia, ale te narzędzia sprawią, że nie będę spontaniczny, że poczuje się jak robot, że będę zmęczony. Nie chcę tak robić. Dlatego jak zaczynam mówić o produktywności, to dla mnie najprostszą jej definicją jest robienie właściwych rzeczy we właściwy sposób we właściwym czasie. Jednak żeby to wiedzieć, to muszę zdefiniować, po co to robię. Dla mnie to jest wizja życia, aspiracje za 3 lata, cele 12-tygodniowe. Gdy zaczynamy z tym pracować, to musimy najpierw dowiedzieć się, po co chcemy być produktywni. Greg Mckeown, autor „Esencjalisty”, mówi o potrzebie intencji, czyli czegoś, co mnie motywuje, kręci, żeby w tym być. Możliwe, że wtedy te osoby zaczną coś robić z portfolio tych rzeczy, które są szeroko dostępne – nie tylko w naszych podcastach, naszych blogach, ale jest mnóstwo książek, materiałów, z których można uczyć się produktywności.**

Zdecydowanie tak i to jest dobry pierwszy krok. Wydaje mi się, że dobrym sposobem na zrobienie pierwszego kroku jest zrozumienie siebie. Bez tego się nie da. Czyli zrozumienie siebie w tym, co chcę osiągnąć, jakie mam plany, jak widzę siebie za kilka lat. Dla nas to takie naturalne myśleć o tym, co będzie za 3 lata, jaki chcę być, co chcę robić, ale wiele osób nie zastanawia się nad tym – oni chcą żyć z dnia na dzień. Gdy zrobią sobie taki „rachunek sumienia”, to zdają sobie sprawę, że teraz mają 15 kg za dużo i w sumie nigdy nie chcieli się tak zapuścić. Albo chcieliby gdzieś pojechać, podróżować, a w sumie od 5 lat jeżdżą tylko na Mazury. Dlaczego? Bo coś tam. A dlaczego tego nie mam? Bo nie zrobiłem tego i tego. Jak to teraz zrobić? Szukamy sposobu, jak coś zrobić lepiej, efektywniej do tego dojść, i nagle okazuje się, że myślisz już o produktywności, szukasz lepszych sposobów, żeby dojść do jakiegoś celu.

Wielu ludzi zapomina o tym, że produktywność to nauka, filozofia czy sposób mówiący o tym, jak dojść do jakiegoś celu, stanu, który jest przez nas pożądanym w bliższej bądź dalszej przyszłości. Sekretem do tego, żeby nam się chciało te techniki realizować w różnym stopniu, jest właśnie to, by ten cel był dla nas atrakcyjny. Wiadomo – to jedna z podstaw wyznaczania dobrych celów, żeby on był atrakcyjny. Przez to, że brzmi to tak banalnie, to tego nie doceniamy. Może w tym pomóc proste ćwiczenie na kartce: wypisać, co mam teraz, a co chciałbym mieć za 3 lata, co było moim marzeniem, gdy miałem o 10 lat mniej, a co nim jest na ten wiek, który mam teraz, czyli co myślałem, gdy miałem 20 lat, że będzie ze mną w wieku 30. Kurczę, myślałem, że będę miał to, to i to, a tak naprawdę nie mam w ogóle nic z tych rzeczy. I teraz pytanie: skoro nic nie zrobię, to mając 40 lat, też tego nie będę miał. Co więc muszę zmienić, poprawić, jak to zrobić skuteczniej? I znowu okazuje się, że mówisz o produktywności, bo zastanawiasz się, jak coś robić skuteczniej. To jest jeden z wymiarów, o którym mówisz, gdy zaczynasz szkolenie.

Moim zdaniem drugi wymiar jest taki, aby poznać siebie w sensie swojego sposobu działania. Jak już wspominałem, test Gallupa jest tylko jednym z wielu. Odpowiada w pewnym sensie na pytania: dlaczego działamy tak, a nie inaczej, dlaczego podejmujemy takie decyzje, dlaczego nam się coś chce, a dlaczego nie chce. Gallup w pewnym sensie na to odpowiada, ale warto szukać tego w różnych formach. Ja np. doszedłem do tego od zupełnie innej strony. Dosłownie 2 tygodnie temu zrobiłem test Gallupa i on potwierdził to, co już wiedziałem. To jest ważne w kontekście produktywności jako takiej, efektów, osiągania celów, ale wydaje mi się, że każdy powinien to zrobić, żeby celem każdego człowieka było lepiej zrozumieć samego siebie, już nawet nie tylko w kontekście produktywności, ale jakości życia, zrozumienia, dlaczego na pewne rzeczy reagujemy tak, a nie inaczej. Im bardziej siebie rozumiem, tym bardziej rozwala mi to mózg, jak mówią Amerykanie.

Niedawno byłem zszokowany, jak bardzo zrozumienie siebie pokazało mi, dlaczego zareagowałem w pewien sposób. Jest taki film „Dobrze się kłamię w miłym towarzystwie”. Różni znajomi niezależnie od siebie polecali mi go. Postanowiłem, że skoro tyłu osobom się podobał, to muszę go obejrzeć. W tym filmie grupka znajomych spotyka się przy stole na kolacji i w wyniku dyskusji postanawiają, że położą telefony na stół i w trakcie kolacji będą czytać każdego SMS-a, jaki do nich przyjdzie, a gdy zadzwoni telefon, to będą publicznie mówić, o co chodzi, i nie będą mieli przed sobą tajemnic. Zaczynają się wyjawiać różne sekrety. Oglądałem ten film 30 minut, 40 minut i myślałem: „Boże, jaki to jest beznadziejny film, jak on mi się nie podoba. Dlaczego oni mi go wszyscy polecali?”. Nudził mnie i nie chciało mi się go dalej oglądać. Zastanowiłem się, dlaczego tak jest, i okazało się, że jego cała idea polegała na tym, że musisz się wkręcić w historię tych ludzi i musi Cię interesować, kto z kim sypia, kto kogo z kim zdradza. Tymczasem ja mam bardzo niskie zainteresowanie innymi ludźmi – co oni robią prywatnie, gdzie mieszkają, co jedzą, dlaczego robią tak, a nie inaczej. To nie był zły film, on po prostu do mnie nie pasował. Scenariusz kręcił się wokół rzeczy, które nie wzbudzają mojego entuzjazmu. Moja żona obejrzała go z zadowoleniem i bardzo jej się podobał. Chodzi o to, że ludzie często robią w ten sposób, że produktywność jest zła, bo im się nie podoba; to nowe logo jest złe, bo nie lubią takich kolorów; ta książka była beznadziejna, bo nic w niej dla siebie nie znaleźli. To nie znaczy, że jest beznadziejna.

Przykładem może być Paulo Coelho, o którym mówi się, że „pisze beznadziejne rzeczy”. Zrobiłem sobie taki *challenge*, żeby przeczytać chociaż jedną jego książkę i sprawdzić, co jest na rzeczy. Przeczytałem „Alchemika” i uważam, że jest on zajebisty. Książka jest pełna metafor, trochę bardziej bajka i przez język brzmi nieco tandetnie, ale jak się nad tym zastanowisz i otworzysz sobie głowę, to nie możesz powiedzieć, że to jest słaba książka, bo tam są bardzo fajne rzeczy związane z rozwojem osobistym, z szukaniem sensu zawodowego życia, jakiegoś celu w swoim zawodowym życiu. Ona daje odpowiedź



na poważne pytania i warto poznać ten kontekst. Wydaje mi się, że poznanie siebie, naszych tendencji, sposobów działania, jakie rzeczy nas kręcą, co nas motywuje, co nam się podoba, co sprawia, że nam się nie podoba – w nauce produktywności, ale też w życiu – ulepsza nas, sprawia, że lepiej siebie rozumiemy i potrafimy reagować bardziej racjonalnie na różne rzeczy. Może ujawnia się tu mój talent *intellection* – to, że jestem racjonalny i rozkładam rzeczy na czynniki pierwsze, ale uważam, że każdemu by to pomogło.

**Gdy opowiadałeś o tym wszystkim, to słyszałem Twój talent *intellection*, bo ja działam bardzo podobnie. Gdy czytam książkę, to od razu pojawiają mi się większe pytania. Samo określenie „większe pytania” jest mottem talentu *intellection*. Mi to ułatwiło zrobienie sobie tych wszystkich ćwiczeń, które poleca Michael Hyatt w „Living Forward”. Chodzi o to, żeby wyobrazić sobie swój koniec – co byś zmienił, wiedząc, że będziesz żył tylko 5 lat. Dla mnie to są dobre i fajne ćwiczenia. Zgadzam się też z tym, że talenty Instytutu Gallupa to tylko jedno z podejść. Ja akurat je najlepiej znam i najwięcej z tym pracuję, więc najłatwiej mi rozmawiać w ich kontekście. Są 34 talenty, które dzielą się na cztery domeny: wykonywania, wpływania, budowania relacji i myślenia strategicznego. Już to mówi nam o tym, że różne talenty pomagają w różnym stopniu. Z jednej strony masz *intellection*, *discipline*, *strateg*, *focus*, ukierunkowanie, wizjoner, *futuristic*, które same w sobie powodują, że zadajemy sobie większe pytania, patrzymy do przodu, umiemy układać nasz system, projektujemy nasze procesy, budujemy nawyki itd. Na drugim biegunie mamy talenty typu *adaptability*, który oznacza elastyczność – jestem tu i teraz, nie myślę o przyszłości, co będzie za rok, za dwa. One są świetne w ogarnianiu chaosu i trudnych sytuacji tu i teraz.**

**Gdy pracuję z osobami, które mają połączenie *adaptability* z odkrywczością, czyli mają milion pomysłów na minutę, to one mówią: „Ja nie chcę, nie umiem i nie wyobrażam sobie siebie 2 lata do przodu. To dla mnie coś strasznego. Zastanawiam się, co zrobić, by ten dzień czy tydzień był dobry, a gdybym był megaskupiony, to miesiąc. Mogę mieć taki ogólny pomysł, co bym chciał, aby w tym roku się wydarzyło i było dla mnie dobre, ale nie stawiam sobie celów”. Pamiętam siebie sprzed kilku lat, gdy zanurzyłem się w produktywność i postanowiłem, że odtąd wszystkim będę o tym mówił, że jeśli wszyscy zrobią tak jak ja, to będą produktywni. Wiesz, do czego to doprowadziło? Nie ma jednego systemu, który działa na wszystkich. Metodą, która pomaga mi wypracować ten system produktywności w pracy z ludźmi, są talenty, które mówią, jak będziesz działał, co Cię motywuje, jakie są dla Ciebie najlepsze sposoby działania, jakich partnerstw potrzebujesz, żeby być efektywnym.**

**Chciałbym teraz zapytać, jak Ty pracujesz z różnymi osobami, które do Ciebie przychodzą? Czy potrafisz stawiać sobie cele, np. za 5 lat, konsekwentnie je realizują versus „Ja żyję tu i teraz i chciałbym być produktywny, zbliżyć się do moich większych celów, ale poza moim postrzeganiem, umiejętnościami jest codziennie rano robić *miracle morning*, *theme blocking* itp.”?**

Jak wspominałem, pierwszym krokiem jest poznanie siebie, własnych motywacji, sposobów działania, myślenia, co Cię ekscytuje, co sprawia, że coś chcesz robić, a czegoś Ci się nie chce. To jest proste, to jest troszkę „matematyczne”, bo masz testy, można różne rzeczy określić i wychodzi Ci zerojedynkowo, że jesteś taki albo taki. Jeśli jednak ktoś nie chce robić testu, np. Gallupa, to najprościej zrobić test Gretchen Rubin *Four Tendencies*, który określa, jakie masz podejście do motywacji wewnętrznej i zewnętrznej, co pozwala już zrozumieć bardzo wiele rzeczy. Są ludzie, którzy bardzo działają na motywację zewnętrzną, a wewnętrzną mają słabą. Jeśli ktoś im coś powie, mają *deadline* albo szef im coś każe, to są superefektywni i produktywni, ale sami za nic się nie zabiorą i nie wstaną nigdy z łóżka,

jeśli to tylko od nich zależy. To pozwala określić, czy jesteś bardziej taki, czy taki, pomaga odpowiedzieć na wiele pytań.

Drugie narzędzie, bardzo proste, to metoda Michaela Hyatta *best week ever* czy *best year ever*. Tego typu metody polegają na tym, że najpierw patrzymy, w jakim jesteśmy stanie, co ogólnie dzieje się w naszym życiu; określamy, które z tych rzeczy są dla nas ważne, które nieważne i jak nam w tych rzeczach idzie. Założymy, że mamy pracę, rodzinę, firmę. Określamy, jak sobie w tym aktualnie radzimy. Potem określamy nasz stosunek do tego, jak sobie z tym radzimy. Jeśli uczciwie stwierdzimy, że jesteśmy rodzicem 5/10, to zastanawiamy się, czy chcemy, aby tak było dalej. Takie rzeczy już potrafią otworzyć oczy, bo np. stwierdzam, że zawsze chciałem być takim i takim tatą, a okazuje się, że nie jestem, bo za dużo pracuję, że dużo się denerwuję, bo nie mam cierpliwości. Teraz muszę dojść do tego, jak tym lepszym tatą być. Stajemy w sytuacji, w której jest jakaś kwestia w byciu rodzicem i jest dziura pomiędzy tym, kim jesteś, a tym, kim chcesz być, i musisz dokonać wyboru, czy chcesz tę dziurę zakopać. Jeśli chcesz, to musisz skutecznie zabrać się za to, by ją zacząć zakopywać. Możesz zrobić to, to i to, techniki i narzędzia masz takie i takie. Możesz mierzyć czas – jak nie chcesz go mierzyć, to rób coś innego. To są rzeczy operacyjne, ale wydaje mi się, że kiedy ktoś bardziej rozumie swoje motywacje, zachowania i to, co chce osiągnąć, to dobrane jakichś technik czy zastosowanie *miracle morning*, to już są rzeczy operacyjne, wtórne, bo tych technik jest dużo i każdy może je dopasować do siebie, przetestować. Okaze się, że komuś zupełnie nie wychodzi wstawanie o 6, więc to trzeba testować i dostosowywać do siebie.

Nie zrobisz tego jednak, nie zmotywujesz się, jeśli nie będziesz wiedział, po co to robisz, a po drugie – jak działasz. Jeśli stwierdzisz, że świetnie pracuje Ci się nocą, w nocy zawsze robiłeś najlepsze rzeczy i masz wtedy święty spokój, to po cholerę Ci *miracle morning* i przekonywanie siebie, że uwielbiasz wstawać rano. Dopasuj to troszkę do siebie, ale te pierwsze kroki są najważniejsze i dla każdego, bo one pozwalają nie tylko zrozumieć podejście do produktywności, ale też przydają się w życiu, więc każdy powinien to przetestować.

**Powiedziałeś, że „jeżeli ktoś zobaczy, że jest tatą 5/10” i „co muszę zrobić, by zakopać tę dziurę” – wydaje mi się, że kluczowe jest, by ta osoba zrozumiała, że to nie jest coś, co ona musi zrobić, tylko chce.**

Chodziło mi o to, że musisz w takim sensie, że jeśli tej dziury nie zakopiesz, to ona nadal tam będzie.

**Ale zaczyna się od tego, że chcesz ją zakopać.**

Tak, zgadza się.

**Metod, narzędzi, technik jest całkiem sporo i jak spojrzymy na kanwę książek o produktywności, to będzie z 10 czy 20 takich, które się najczęściej przewijają, są najbardziej znane. Na początku użyłeś takiego sformułowania jak „klątwa wiedzy” – my nawet nie mówimy o takich podstawowych rzeczach, bo wydaje nam się, że one są tak podstawowe, że aż głupio o tym mówić czy na warsztatach, czy z kimś w trakcie rozmowy. Jednocześnie staram się przeprowadzić ludzi od takiego początku: zobacz, w którym miejscu jesteś, a w którym chcesz być. Pokazuję im zestaw narzędzi, który mogą wykorzystać, wybrać, dostosować do siebie, żeby się tam znaleźć. Pytam, jakie narzędzia, jaką technikę sobie wybierają, co było dla nich najbardziej odkrywcze, i zwykle powtarzają się 3 te same rzeczy. Jest to *pomodoro technique* dostosowane do siebie. Potem odkrywają, że mogą spisać wszystkie rzeczy, które mają do zrobienia, w jednym miejscu, czyli na jednej liście – czegoś bardziej podstawowego chyba nie można wymyślić.**

Nagrałem na ten temat film na YouTube, bo ludzie nie wiedzą, że to pomaga, że tak prosta rzecz wprowadza rewolucję.

**Trzecia rzecz jest związana z planowaniem 12-tygodniowym – że zaplanuję, co jest dla mnie najważniejsze, i powiem sobie, kiedy w tygodniu będę to robił, czyli wrzucę to do kalendarza – jeżeli jest to najważniejsza dla mnie rzecz i chcę na nią poświęcić godzinę tygodniowo, to wtedy jest większe prawdopodobieństwo, że zrobię ją w ciągu tego tygodnia. Dla mnie to podstawa, a jednocześnie widzę, że jest potrzeba powtarzania tego, i zastanawiam się, jak o tym mówić, żeby to było skuteczne i aby to nie była tylko idea, tylko żeby ludzie faktycznie z tego korzystali.**

Zanim odpowiem na Twoje pytanie, to powiem o czymś à propos tych „banałów”. U mnie z kolei taką rzeczą jest Evernote. Jak pokazuję go na szkoleniach jakiejś korpo, to oni łapią się za głowę i mówią: „To ja teraz mogę dodać do przeglądarki, wycinać te fragmenty stron, to będzie zapisane i to wszystko w jednym miejscu?”. No tak, o to chodzi w Evernote, że możesz sobie wycinać, masz wtyczkę, web clippera itd. Jak mówię: „I tu w Evernote zróbcie sobie...”, to słyszę: „W czym?”. „A więc nie wiecie, czym jest Evernote?”. Warto więc mówić o podstawach.

Mam też taki problem, który wynika z klątwy wiedzy, że działam po dwóch stronach tej barykady, czyli po jednej stronie działam ja – chcę być efektywny, produktywny jako osoba, jednostka, a po drugiej jestem ja jako osoba, która o tym opowiada i tego uczy. Mam taki problem, że opowiadanie o technikach, mówienie, że jest Evernote, czy pokazywanie techniki pomodoro kręci mnie samo w sobie. Myślałem, że ludzie też tak mają. Na początku opisywałem te rzeczy i myślałem, że to wystarczy, ale zauważyłem, że do ludzi to nie dociera. Miałem poczucie, że oni będą mieli gdzieś, że opowiem, jak ja to robię albo dlaczego tak wstaję, że ich interesuje, dlaczego oni mają wstawać rano, a nie jak ja to robię. Przekonałem się jednak, że ludzie chcą patrzeć, jak ja to robię, chcą widzieć to na przykładzie. Starłem się w tym kontekście otworzyć i zauważyłem, że to ma dużo lepsze rezultaty.

Widzę, że masz książkę Michała Szafrąńskiego „Zaufanie, czyli waluta przyszłości”. To bardziej autobiografia niż poradnik. Z jednej strony zawiera w sobie dużo informacji na temat tego, jak blogować, co zrobić, aby blog odniósł sukces, ale z drugiej Michał opowiada tam o swoim przykładzie, jak on to robi, jak myślał. Kiedyś bym nie wpadł na to, że ludzi może interesować to, co ja robiłem, myślałem, bo to było moje. Uważałem, że ich powinno interesować to, co będzie się działo u nich w głowie, ale to tak nie działa. Trzeba pokazywać przykłady, historie sukcesu, *case study* na własnym przykładzie, że coś osiągamy, coś robimy dzięki czemuś. To nadaje szerszy kontekst naszym technikom. To nie jest jakaś tam technika pomodoro, gdzie masz jakiś dziwny *timer* w kształcie pomidora, on Ci dzwoni – i po cholere masz to robić? Jeśli zobaczysz efekty tego na czyimś przykładzie, ktoś pokaże Ci, jak to robi w praktyce, to łatwiej będzie Ci się tym zainspirować i to zrozumieć. Od niedawna staram się więc to robić bardziej i wydaje mi się, że gdybym wcześniej robił to w ten sposób, to byłbym dalej również w kontekście społeczności, którą zbudowałem wokół siebie. Za bardzo byłem w tym wszystkim teoretykiem, a okazało się, że jestem w zdecydowanej mniejszości.

**Po warsztatach zbieram feedback w postaci ankiety i w plusach jest zawsze podkreślone to, że pokazuję te techniki na własnym przykładzie – jak ja z tego korzystam, jak do tego dochodziłem, jak sprawdzałem, że coś nie działa, i jak to zmieniałem na coś innego. Fajnie, że zwróciłeś uwagę na tę książkę, jestem w trakcie jej czytania.**

Jest spoko, jeśli ktoś lubi obserwować *case study*. To jest bardzo rozbudowane *case study* na temat tego, jak zrobić fajnego bloga. Mało tam jest porad typu „zrób tak”, można raczej przeczytać historię Michała i zainteresować się tym w szerokim kontekście, a nie narzędziowym.



**Michał gościł w moim podcaście z talentem *maximizer*, czyli maksymalista. Opowiadał o tym swoim dokręcaniu śrubek i o tym, jak wycisnąć więcej z tego, co się robi.**

Jacku, jakiś czas temu przeglądałem e-booka, którego oferujesz na swojej stronie. Polecam wszystkim słuchaczom zapisanie się na Twój newsletter, bo tam można go dostać. Jest w nim dużo rzeczy, które określamy jako te podstawowe, i to jest wypisane krok po kroku. Sam, czytając tego e-booka, przypomniałem sobie o kilku rzeczach, np. o efekcie latte.

Na temat efektu latte mam nawet cały film na moim kanale youtube'owym.

**Jest dużo tych technik. Mówimy o tym, jak sobie je wybierać. Od czego zacząć? Jak zacząć? Mówiliśmy o tym, co motywuje, co pomaga, ale gdyby ktoś chciał po tym podcaście zacząć swoją drogę bycia produktywnym, stosować tę filozofię na co dzień, to jaki jest ten pierwszy krok?**

Najpierw trzeba wybrać obszary w życiu, które wymagają poprawy i na których nam zależy. Spójrzeć na nie, na to, co robimy, co dzieje się wokół nas, w jakich kontekstach występujemy na co dzień – czy jesteśmy pracownikiem, mężem czy kimkolwiek innym – zastanowić się, jak nam w tej roli idzie i jak chcemy, żeby to wyglądało dalej. To jest pierwszy krok. Trzeba określić dziury, które chcemy zakopać, żeby ten lepszy stan osiągnąć. Jeśli ktoś na chwilę przymknie oczy i postara się to zrobić na serio, nawet jeśli sceptycznie do tego podchodzi, to gdy spojrzy na to, że zawsze chciał być taki i taki, a nie jest, zawsze chciał mieć to i to, a nie ma, to zaczyna zdawać sobie sprawę z tego, co wiemy my. Jak powiedziałaś, my mamy mnóstwo książek i wiedzy na ten temat, ale te rzeczy znane są od dawna, nawet w formie filozofii stoików, którzy mówią *memento mori*, czy w kwestiach religii, czy kwestiach związanych z tym, co rządzi naszym życiem. Jednak niezależnie od tego, jakie kto ma podejście, to zawsze z czasu, który mamy, trzeba wyciskać jak najwięcej. Fakt jest taki, że chcemy mieć jak najlepiej, jak najwięcej i żeby to, co robimy w naszym życiu, było jak najbardziej wartościowe. Jeśli więc jesteśmy rodzicem, to chcemy być lepszym rodzicem. Warto określić, jakim jesteśmy, a jakim chcemy być. To samo dotyczy firmy. Takie proste rzeczy pomagają się zmotywować.

Prosta technika odpowiada na proste pytania, pomaga określić, z czym mamy problem, określa nasz cel, dzięki temu mamy motywację. W większości przypadków wskazuje także, co musimy zrobić, czyli mamy już konkretne cele – wystarczy porozkładać je na tygodnie i w ich ramach postarać się bardziej skoncentrować. Tej koncentracji pomaga już sama motywacja, więc czy robisz to w technice pomodoro, czy robisz technikę pomodoro zmodyfikowaną, która nie ma 25, tylko 45 minut, to są już rzeczy taktyczne – najważniejsza jest strategia i wizja. Jest taka książka „Zaczynaj od dlaczego”, czyli dlaczego masz coś zrobić. Nie odpowiesz sobie na pytanie „skąd” i „dlaczego”, jeśli nie będziesz wiedział, w jakim stanie jesteś, dlaczego chcesz być lepszym rodzicem – na razie jesteś słabym, więc co zrobić, aby być lepszym? To na razie wystarczy. Nie trzeba mieć do tego żadnych narzędzi, abonamentów, technik, szkoleń. Nawet bez kartki papieru możesz się nad tym zastanowić w autobusie, mając godzinę na dojazd, i nagle mogą otworzyć Ci się różne drzwiczki w głowie, by coś zrobić.

**Mówiłeś, żeby wycisnąć więcej wartości, określić, jaką wartość chcemy uzyskać. To jest genialne w swojej prostocie, bo dla każdego wartość jest czymś innym. Ucząc o produktywności, nie mówimy, jakie wartości masz osiągnąć. Pokazujemy, że możesz je osiągać za pomocą tych technik. Wartości wybierasz sam.**

Niesłuszna krytyka produktywności mówi: „Nie będziesz mi mówił, jak mam żyć, kiedy mam wstawać, jak planować – sam sobie będę planował”. No i świetnie, właśnie o to chodzi. Planuj sobie sam. My

tylko mówimy, że warto wyznaczyć sobie jakąś wizję i samemu już dookreślać, jak w ramach tych technik i narzędzi do niej dojść, my dajemy tylko narzędzia.

**To ćwiczenie jest świetne i warto wybrać te obszary, które są dla danej osoby istotne w byciu rodzicem, partnerem, przyjacielem – w obszarze światopoglądu, wiary, religii, zdrowia, pasji, rozwoju czy finansów. Wybrać najważniejsze dla siebie kategorie i je rozwijać za pomocą tego, co przed chwilą powiedziałeś.**

W internecie, na blogach lub w książkach jest pełno narzędzi. Można się z nich dowiedzieć o technice pomodoro, Evernote, tylko trzeba samemu chcieć, wiedzieć, w jakim kierunku się podąża i w jakim obszarze tę wiedzę wykorzystać. Jeśli chcemy być lepszym rodzicem, a przeszkadza nam to, że nie mamy czasu, to lepiej będziemy zarządzać tym czasem za pomocą takiej i takiej techniki i w efekcie będziemy lepszym rodzicem. Nikt nie będzie nam mówił, gdzie mamy iść z tym dzieckiem, o której wstać, co do niego mówić, czego nie mówić, jak żyć, tylko co możemy zrobić, by mieć dla niego więcej czasu.

Rozróżniłbym tu strategię, wizję od tych taktycznych rzeczy, o których mówimy. Staram się mniej mówić o tej strategii, wizji, bo to kojarzy się za bardzo z Paulo Coelho, z mówieniem, jak masz żyć, z coachingiem, a bardziej o tych narzędziach i tych konkretnych rzeczach. Minus jest taki, że nie wszyscy chcą i przez to nie rozwiązuje to tej bariery wejścia. Jeśli ktoś nie chce w to wejść, to nie wchodzi.

**Chciałbym zapytać jeszcze o dwa Twoje talenty. Jak działa u Ciebie talent rozważa? Według opisu jest to łatwość widzenia potencjalnych ryzyk. Osoby, które mają ten talent, widzą rzeczy, które się nie udadzą, jeszcze zanim zaczną działać. Mają potrzebę, żeby te ryzyka określić i w dojrzałej formie zaadresować. Czy w ogóle masz takie podejście, a jeżeli tak, to jak na Ciebie to działa w biznesie, który prowadzisz?**

Uważam, że jestem takim rozważnym, rozsądnym kolesiem. Mówiąc nieskromnie, test Gallupa mi tego nie pokazał – wiedziałem, że tak jest, bo faktycznie byłem taki od zawsze. Pamiętam, że talent rozważa był u mnie widoczny nawet, gdy miałem 10 lat. Strasznie chcieliśmy z bratem mieć psa. Staraliśmy się przekonać rodziców, aby go nam kupili. Nie za bardzo chcieli się zgodzić, więc powiedziałem im tak: „To ja kupię książkę, nauczę się, jak wybrać dobrego psa, opiekować się nim, wszystko określe”. Rodzice kupili mi książkę, z której nauczyłem się wszystkiego, wybrałem kryteria, którymi trzeba się kierować, kupując psa itd. Podjęliśmy już decyzję, ale ja zachorowałem na anginę, więc nie mogłem pojechać. Po psa pojechała moja mama i brat, a oni w ogóle nie zaangażowali się w wybór tak jak ja. Nie było jeszcze internetu i blogów o psach, jedynie jedna książka w księgarni w moim 20-tysięcznym mieście. Musiałem im więc opowiedzieć o tych wszystkich metodach, technikach, których się nauczyłem. Później sprawdzałem, czy na pewno to zrobili prawidłowo. Byłem więc dzieckiem, a już wtedy chciałem podejść do tego racjonalnie. Robiłem *input*, zebrałem informacje, przetrawiłem je.

Do dziś tak mam, że wiele rzeczy analizuję z różnych stron, co nie zmienia faktu, że niektóre decyzje w moim życiu były dosyć spontaniczne. Przez kilka lat miałem agencję, założyłem ją z osobą, którą znałem bardzo krótko. Na szczęście to się świetnie ułożyło, zostaliśmy znajomymi, współnikami i świetnie się dogadywaliśmy. Jestem odpowiedzialny i talent rozważa zdecydowanie do mnie pasuje, bo wiele rzeczy w moim życiu rozkładałam na czynniki pierwsze, analizuję. Jestem też perfekcjonistą, więc czasami nadmiernie myślę o pewnych rzeczach, np. czy na tym zdjęciu doniczka nie stoi za bardzo w prawo, w lewo, czy to jest dobre, czy nie. Nie wiem, czy to nie jest już niedojrzałość wynikająca z innego talentu.

**Najczęściej perfekcjonizm pojawia się jako objaw talentu maksymalista. Natomiast każdy talent może do tego prowadzić w zależności od tego, jakie motywacje ma ten perfekcjonizm. Ja mam *deliberative* bardzo nisko, w ostatniej piątce. Aktywatora mam na miejscu szóstym bądź siódmym. To jest bardziej widoczne w Twojej działalności na YouTube, bo wywodzisz się z branży kreatywnej, byłeś grafikiem i to bardzo widać w jakości rzeczy, które produkujesz. Dla mnie ważniejsze jest, żeby coś wypuścić, niż żeby to dopieścić, ale gdy patrzę na Twoje filmiki, to zżera mnie zazdrość. Widzę, że doniczka jest z kwiatkiem i pasuje do ściany z tyłu. Na biurku jest tylko Mac i Ty przy nim – to po prostu świetnie wygląda. Mam wrażenie, że ta rozwaga pomaga wypuszczać rzeczy, które są wysokiej jakości. U Mariusza Chrapko opowiadałeś, że gdy wybierałeś platformę do kursów, to oglądałeś te, które są dostępne, stwierdziłeś, że Ci się nie podobają, i postanowiłeś stworzyć własną. Ja szukałbym najprostszej platformy, na której mogę coś uruchomić.**

Prawda leży pośrodku. Ja faktycznie tak działam – cenię jakość, ale czasami z tym przesadzam. Powiedziałeś o tym tle – że wszystko dopieszczane – ale ja oglądałam filmiki i myślę: „Boże, jak to beznadziejnie wygląda”. Czasami przesadzam i nieraz też lekceważę to, że ludzie patrzą na to z innej perspektywy, z boku przez 30 sekund, a ja rozkładałam to na czynniki pierwsze, oglądałam, oceniam, czy to jest dobre, czy nie, czy powinienem użyć takiego słowa, czy innego. Myślę, że w tym kontekście jest u mnie dużo niedojrzałości. Za bardzo analizuję różne rzeczy pod kątem ulepszania, dopieszczania, porównywania się z innymi. Mógłbym to u siebie poprawić, aczkolwiek działa to też na moją korzyść – wiem, że ludzie doceniają to, że to jest dopracowane. Mówiłem w jednym z moich podcastów, że *done is better than perfect*. Uważam, że czasem lepiej czegoś nie zrobić, niż robić to, byle było zrobione. Jednak wolę dopieścić detale. Złoty środek jest ważny, ale myślę, że ideał jest jednak bliżej tej jakości. Szczególnie w dzisiejszych czasach, kiedy jest duża konkurencja – to wymaga wyróżnienia się, dopracowania, a firmy, które mają dużo braków, są skazane na porażkę.

**Na koniec mam do Ciebie dwa pytania. Czy jest jakaś wartościowa książka, film, podcast, które chciałbyś polecić? I drugie – gdzie można znaleźć Cię w internecie?**

Zaimponowała mi ostatnio książka „Deep work” – może nie samymi ideami, które są w niej zawarte, ale jasnością i czystością przekazywania wiedzy. W dzisiejszym świecie mamy mnóstwo książek, które przelane są wodą, w których autor stara się upchać przeróżne historie, aby książka była grubsza, mądrzejsza, a tak naprawdę niewiele z tego wynika. Powiedziałeś, że lubisz książkę „12-tygodniowy rok”. Ja już znałem metodę planowania kwartalnego, zanim ta książka znalazła się w moich rękach. To jest po prostu ładne nazwanie idei, które już wcześniej istniały, jednak sama książka jest moim zdaniem przesadzona, jeśli chodzi o formę – ciężko wyłuskać te idee. Sam często, wiedząc już, co autorzy chcą powiedzieć, i znając te metody, zastanawiam się, jak można by przez to przejść, że to wymaga większego uporządkowania. Może to dla mnie, jako osoby uporządkowanej, wydaje się chaotyczne. Natomiast książka „Deep work” jest świetnie poprowadzona. Autor jest naukowcem, umie pisać prace naukowe, udowodnić argument, postawić tezę. Ja jestem minimalistą, lubię czystość i przejrzystość i ta książka taka jest. Nie ma tam zbędnego słowa, wszystko jest świetnie poprowadzone. Czytasz i masz jasność w głowie, wszystkie tematy Ci się układają. Natomiast jest wiele książek, które musisz przeczytać, a później zrobić swoją interpretację, aby je zrozumieć. Natomiast w „Deep work” zaskoczyła mnie jasność przekazu, czystość przekazania myśli, jasny koncept, który najpierw udowadniasz, a później pokazujesz, jak możesz wdrożyć.

Jeśli ktoś nie zna tej książki, to dotyczy ona tego, jak bardziej angażować się w pracę głęboką, czyli taką, w której bardziej skupiamy się na tym, co robimy, angażujemy się w większe, dłuższe bloki czasowe, nic nas nie rozprasza. Autor najpierw opowiada kontekst, dlaczego psychologicznie, filozoficznie

i w różnych kontekstach skupienie się i koncentracja są ważne, a po drugie podpowiada techniki, jak sobie z tym radzić, jak to ulepszyć u siebie. Wszystko poparte jest fajnymi argumentami.

**W Polsce ta książka została wydana pod tytułem „Praca głęboka”. Polecam też blog Cala Newporta, na którym autor publikuje bardzo proste i konkretne wpisy.**

Bo on jest naukowcem, a do tego informatykiem. Jeśli pomyślimy „naukowiec IT”, to można wyobrazić sobie takiego właśnie stereotypowego gościa. Wydaje mi się, że on ma dojrzałą wersję tego stereotypu, że jest właśnie pozytywnie metodyczny, konkretny, solidny. Sam blog też jest fajny, więc bardzo polecam

Mój blog nazywa się [Klosinski.net](http://Klosinski.net). Można na nim znaleźć dużo tekstów, a od niedawna jest też wideo, podcast. Jestem bardzo aktywny na YouTube, więc zachęcam do oglądania. Ciężko mi jednak przenieść tych czytelników, odbiorców, których miałem do tej pory, na YouTube’a, bo staram się tworzyć trochę szerzej – [youtube.com/jacekklosinski](https://youtube.com/jacekklosinski). Dodatkowo, jeśli ktoś zapisze się do newslettera na moim blogu, to dostanie darmowy e-book, w którym opowiadam o 39 inspiracjach dotyczących kreatywnej pracy. Książka jest podzielona na rozdziały: lepszy rozwój, lepsze pomysły, biznes. Jest efektem pisania przeze mnie czegoś co nazywam „Dziennikiem” – zbieram tam inspirujące rzeczy. „Dziennik” to krótkie wpisy, mają dosłownie kilkaset wyrazów.

**Tym akcentem kończymy. Dzięki Ci za Twój czas, za inspiracje i do usłyszenia.**

Dziękuję.

I jakie wrażenia? Jak mówiłem we wstępie, wymienialiśmy się z Jackiem poglądami na temat efektywności, produktywności i tego, jak zacząć nad tym pracować. Zachęcam Was do zrobienia tego pierwszego kroku, o którym mówił Jacek, i do podzielenia się Waszymi wrażeniami w komentarzach – czy to pod wpisem na blogu, czy pod adresem [npp.run/064](http://npp.run/064), czy to na Facebooku, w grupie, czy na stronie. Jestem ciekawy Waszych opinii.

Dziękuję patronom za wsparcie, Wam, słuchacze, za słuchanie i do usłyszenia w kolejnym odcinku. Cześć!