

ТВОЯТ ЛИЧЕН WIP LIMIT

Ограничи активното. Запази идеите.



Main Move

Всеки ден един проект получава най-силния ти фокусиран блок. Избери най-важното и му дай своето най-добро време, енергия и внимание. Останалото изчаква.



Моят WIP limit

Моят личен лимит за активни проекти в даден момент е:



По-малко
активно
= повече
резултати!



Подреди текущата си работа

Яснотата създава свобода.



Ideas
(Идеи)

-
-
-
-
-

Всичко, което искам да реализирам някой ден.



Backlog
(В опашка)

-
-
-
-
-

Одобрени идеи, които изчакват подходящ момент.



Active
(Активни)

-
-
-
-
-

Проектите, върху които работя сега. (до моя WIP limit)



Waiting
(Изчакват)

-
-
-
-
-

В процес на одобрение, отговор или зависимост от други.



Done
(Завършени)

-
-
-
-
-

Готово! Празнувам всяка стъпка напред.



Много идеи са знак за креативност.
Много активни идеи са оперативен проблем.



WEEKLY RESET RITUAL

Подреди седмицата, преди тя да започне.

1 Стъпки за твоя Weekly Reset

1.  Разтовари всичко от главата си.
2.  Погледни срещите и сроковете.
3.  Избери 3 седмични приоритета.
4.  Постави фокус блоковете.
5.  Остави buffer време.
6.  Подготви първия ден.

Reset toolkit



Моите 3 седмични приоритета

- 1.
- 2.
- 3.

“Силната седмица рядко е случайност.
Тя е резултат от спокоен reset.”

MY RECOVERY PLAN

Моят план за връщане в ритъм

1 Тази седмица наистина има значение:



1.
2.
3.

2 Ще изчака до следващата седмица:



1.
2.
3.

3 Ще поискам помощ за:



1.
2.
3.

4 Един защитен фокус блок:



- ден:
- час:
- задача:

Моята сутрешна recovery рутина



- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

Моята вечерна recovery рутина



- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

“
Ритъмът се връща,
когато изборите станат ясни.



CEO BOSS EMERGENCY RESET

Когато денят излезе от релси,
върни си контрола за 15 минути

1

СПРИ СПИРАЛАТА



Първо спри хаоса, после планирай.
Затвори излишните табове, заглуши
нотификациите и си върни вниманието.

- ☐ Затворих ненужните прозорци
- ☐ Заглуших нотификациите
- ☐ Спрях да проверявам имейла
- ☐ Станах и си поех въздух

2

BRAIN DUMP



Извади всичко от главата си: задачи,
срокове, хора, притеснения.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

3

РЕШИ БЪРЗО



Днес	Тази седмица	Делегирам	Отпада
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐

4

МОЯТ СПАСИТЕЛЕН ФОКУС БЛОК



ден: _____ час: _____
една задача: _____
какво ще завърша: _____

5

CEO RESET ПРАВИЛО



- ☐ Избирам едно важно нещо.
- ☐ Не наваксам всичко за един ден.
- ☐ Подкрепям, вместо да се обвинявам.



Връщането в ритъм започва с ясна следваща стъпка.