

# Prečo to funguje

---

- **Zapisuješ si iba úlohy, na ktorých ti skutočne záleží** – nevzniká zoznam prianí, ale priorít.
- **Úlohy sú viditeľné pre ostatných** – vytvára sa prirodzená motivácia, nie príkaz ani kontrola.
- **Keď úlohy stoja príliš dlho, okolie vidí a vie reagovať** – pomoc prichádza skôr než vznikne konflikt alebo frustrácia.
- **Opakovaním sa učíš jednoduchosti a dôslednosti** – rovnaký postup každý deň znižuje chaos a odpor k plneniu úloh.



# Keď to nejde

---

- **Zníž počet úloh** – keď je toho priveľa, aj jednoduché veci pôsobia ťažko.
- **Začni jednou, maximálne dvomi úlohami denne** – disciplína sa buduje kontinuitou, nie objemom.
- **Rozdeľ veľkú úlohu na malé, zvládnuteľné kroky** – hotová úloha ťa posunie ďalej.
- **Komunikuj s okolím** – keď je problém viditeľný, rieši sa skôr a bez napätia.

