

17.11.2023 r.



# #299

---

TRANSKRYPT ODCINKA

## Daj sobie podwyżkę, czyli o koszcie naszego czasu

Partnerami tego odcinka podcastu są [Toggl](#), [iDream.pl](#) oraz [Synology Polska](#).

[MUZYKA]

***Tu Krzysztof Kołacz, a ty słuchasz właśnie podcastu, „Bo czemu nie?”. Usłyszysz w nim o technologiach, które nas otaczają i nas w tych technologiach zanurzonych. Sprawdzam, pytam i podpowiadam jak korzystać z nich tak, aby to one służyły nam, a nie my im.***

W dzisiejszym [odcinku](#) o tym, jak świadomość kosztu własnego czasu wpływa na nasze życie oraz o technologii, która pozwala ten koszt poznać.

Proszę, zostaw opinię na [Apple Podcasts](#) lub na [Spotify](#). Twój głos ma znaczenie!

Zaczynamy.

---

[MUZYKA CICHNIE]

[KRZYSZTOF] 299. odcinek. Bo czemu nie? Tak, już za jeden odcinek będzie ten jubileusz. Na pewno w jakiś sposób to wydarzenie uczymy! Trzysetny odcinek... Kurczę, jak sobie o tym myślę, to nadal nie jestem w stanie tak do końca uwierzyć, że... No właśnie, że to już 300 odcinków! Tuż, tuż za rogiem.

Dzisiaj przychodzę do Was z tematem, który może przydać się absolutnie każdemu. Wierzę w to głęboko, dlatego właśnie postanowiłem na tapet wziąć ponownie temat finansów, ale w ujęciu tego czasu, którym dysponujemy każdego dnia.

Już w odcinku [292. z Jackiem Lempartem](#) poruszyliśmy kwestię czasu, a dzisiaj opowiem Wam konkretniej o tym, jak ogromne znaczenie ma świadomość kosztu naszego czasu i oczywiście, jak z wykorzystaniem technologii tę świadomość zyskać.

No to co? Zaczynamy!

---

Na początku małe zastrzeżenie. Ten odcinek nie ma na celu odebrać Ci radości ze spędzania czasu tak jak lubisz. Dzielę się w nim jedynie moimi metodami i narzędziami, z których korzystam i które na przestrzeni ostatnich 12 lat pozwoliły mi zaoszczędzić sporo kasy i życia, a jego wycenić się nie da. I od razu mówię, że to nie będzie jeden z tych odcinków, który ma stanowić taki patetyczny obraz idealnego, nieosiągalnego życia. To będą proste porady, które może wdrożyć każdy z Was i każda z Was. W tym odcinku posługuję się również kalkulacjami Michała Szafrąńskiego z bloga [JakOszczędzaćPieniądze.pl](http://JakOszczędzaćPieniądze.pl), a w opisie tego odcinka, który znajdziesz pod adresem [boczemunie.pl/299](http://boczemunie.pl/299), jak 299. odcinek, podlinkowałem tekst z Michała sprzed, uwaga, 11 lat!

I on jest nadal w 100% aktualny. Wtedy, 11 lat temu, ten tekst, między innymi on, zmienił moje życie na dobre. Tam znajdziesz gotowe arkusze kalkulacyjne i inne pomocne materiały.

A ja na samym początku chciałem zaznaczyć, że po prostu zamiast wymyślać koło na nowo, korzystam z tych materiałów także dziś w 2023 roku, bo absolutnie się nie zestarzały.

### **OK, przechodząc już do konkretnego, po co w ogóle mierzyć czas?**

Słuchajcie, czas to jest przede wszystkim najcenniejszy zasób, jaki my w ogóle mamy w życiu. I najtrudniejszy również do wyceny. No bo inaczej wycenimy go pracodawcy, na przykład na rozmowie rekrutacyjnej, a inaczej klientowi, a jeszcze inaczej naszym bliskim. I teraz podnosi się gdzieś tam z tyłu takie larum: *Ej, ale Krzychu, jak to bliskim? W sensie mam wycenić ile kosztuje moja minuta żonie?*

Oczywiście, że nie! Nikt o zdrowych zmysłach nie pójdzie i nie powie partnerowi, partnerce, żonie, mężowi, komukolwiek: *Postuchaj, minęło już tyle i tyle minut, to nara, bo jesteś dla mnie za drogi.* To oczywiście nie o to chodzi, dlatego od razu ściągam taki ciężar na samym początku tego odcinka. Możesz spokojnie słuchać dalej, nie idziemy w tym kierunku.

Jednakowoż, ta trudność w wycenie naszego czasu rzeczywiście występuje. I ona występuje na różnych etapach naszego życia. Występuje w dzieciństwie, występuje później w szkole, kiedy dostajemy bardzo dużo rzeczy do zaopiekowania. Tu można oczywiście rozwinąć dyskusję, czy system edukacji oparty na zadaniach domowych, to jest w ogóle to, co powinno być. Można otworzyć edukację, czy on w ogóle działa? Ale tak ogólnie, jakby patrząc na ten etap życia, wtedy jako ludzie porzucamy to nasze, w cudzysłowie oczywiście, dzieciństwo, no i idziemy ku dorosłości, która wymaga od nas wtedy niestety obsłużenia większej ilości spraw czy zadań, **no a więc również nasz czas jest inaczej mentalnie przez nas samych wyceniany.**

To słynne wolę, wołałbym, wołałabym posiedzieć w domu, wołałabym obejrzeć film, wołałbym pójść na trening niż i tutaj pada w zależności od etapu życia coś innego. Najpierw to są zadania, potem to jest praca, potem to jest praca po godzinach – stety czy niestety – a na samym końcu to są również relacje, kiedy do tego etapu i ich ważności dojdziemy w życiu i zrozumiemy jak one są dla nas cenne. Także wycena naszego czasu ogólnie jest trudna już od samego startu, już właściwie od naszych narodzin. Jak jesteśmy tego czasu coraz bardziej świadomi, jest coraz trudniej. Tak naprawdę uczymy się obsługiwać całe życie, jeżeli spojrzymy na nie poprzez pryzmat czasu. **No bo ono tym czasem jest.** Co ciekawe, nikt nie wie ile nam tego czasu na Ziemi dano. Więc świadomość tego, na co ten czas my tracimy, pozwala przede wszystkim na segregację naszych priorytetów: życiowych, zawodowych, relacyjnych, ogólnie tego co jest ważne, mało ważne lub w ogóle nieważne naszej uwagi, no i też naszych kompetencji.

Dlaczego kompetencji?

Spójrzmy na scenkę sytuacyjną, która pewnie wielu z Was się przytrafiła. Nie znasz się na czymś. To zupełnie ludzkie i normalne. Gdyby każdy znał się na wszystkim, to na pewno ten świat nie funkcjonowałby tak, jak funkcjonuje i zaryzykuje tezę, że funkcjonowałby gorzej. To zupełnie na inny odcinek temat. Ale biorąc takie założenie na wyjściu, możemy sobie przypomnieć np. kwestię związaną, założymy, z malowaniem mieszkania albo naprawieniem jakiegoś urządzenia w mieszkaniu.

Możesz się na tym nie znać. I teraz masz tak naprawdę dwa wyjścia, dwie drogi.

Możesz oddać to komuś, kto się faktycznie na tym zna i dzięki temu mieć załatwioną sprawę szybko, ale też za odpowiednią kwotę, czyli znowu za to, jak ten

ktoś wycenił swój czas lub jego pracodawca wycenił. Albo możesz faktycznie się czegoś nauczyć i to może się przydać w przyszłości więcej niż raz. Pytanie, co się bardziej opłaca? I to jest zupełnie ekonomiczne pytanie, które zadajemy sobie, które ja też zadaję sobie zdecydowanie zbyt rzadko, bo jesteśmy tak wychowani i to też wynika z tego, że żyjemy w tym, a nie innym kraju. To nie jest źle ani dobrze. Tak po prostu jest, że musimy sami udowodnić, że damy radę. Przy czym to bardzo często jest to jest ślepy zaułek, do którego my, jeżeli raz wpadniemy, to później szybko zatracając poczucie skali, możemy tak naprawdę przepuszczać pieniądze, grube pieniądze nawet, przez nasze dłonie i robiąc rzeczy, które w ogóle nie są naszymi rzeczami, które nie powinny nigdy były być naszymi rzeczami i które można było załatwić szybciej, taniej na koniec dnia i jeszcze przy okazji po prostu dając komuś zarobić.

Więc to jest jedna strona medalu, również z tymi kompetencjami, bo **jeżeli jesteśmy świadomi naszego czasu, to jednakowoż również wiemy na co ten czas chcemy intencjonalnie wykorzystywać**. To, co ja w tym podcaście podkreślam względem technologii, aby używać jej świadomie właśnie, intencjonalnie, jak najbardziej, a nawet bardziej bym powiedział w przypadku tematu czasu i jego szacowania, mierzenia, wyceniania jest przydatne i konieczne.

Na co jeszcze pozwala ta świadomość czasu i jego kosztu?

Na kupowanie i szukanie odpowiednich dla nas produktów. Jeśli ktoś ma w talentach Gallupa wysoko Maksymalistę, czyli jest taką osobą, która musi wszystko robić właśnie na maksa, ale też ma przy okazji talent Researcher, to takie osoby mają bardzo trudno w życiu. Przykład, jeżeli chodzi o scenkę.

Musisz kupić odkurzacz. To są osoby, które potrafią przed regałem stanąć w sklepie, w markecie i stać tam dobrych kilkadziesiąt minut czytając etykietę każdego możliwego produktu, który mają na podorzędziu do wyboru, żeby wybrać najlepszy. Paweł Orzech, którego serdecznie teraz pozdrawiam z duetu [YesWas Podcast](#), doskonale wie, jak działa mózg w tym akurat obszarze, nie tylko jako osoba, która zmaga się z ADHD, zbijam teraz z Pawłem wirtualną piątkę, ale jako osoba, która po prostu ten talent Researchera, świadomie lub nie, ma bardzo wysoko. To Paweł właśnie też wiele razy w odcinkach mówił, że jak ma coś wyszukać, to dla niego tak zwane „kucowanie”, jak on sobie to nazwał, jest przyjemnością, ale również później puka się w głowę, dlaczego minęła już ósma godzina, a ja nadal tego szukam w internecie i porównuję opinie od Reddita przez

X-a, a na starych forach skończywszy. No właśnie dlatego, że taki jest. Każdy z nas jest inny. I tak jak świadomość swoich talentów, tak jak świadomość kosztu czasu pozwala nam operacyjnie obsługiwać tego typu scenki z życia. Już tłumaczę o co chodzi. Na przykładzie swoim. To ja miałem niedawno do wyboru odkurzacza.

Musiałem sobie kupić odkurzacza, który będzie radził sobie z sierścią kota. Były dwa obozy, obóz pod tytułem „marka X”, bo ona jest najlepsza i wszyscy mówią, że jest najlepsza, i „marka Y” – dowolna inna na świecie, która być może jest trochę tańsza, ale trzeba sprawdzać, czy rzeczywiście dorównuje temu ideałowi, do którego wszyscy zachęcają i do którego wszyscy odsyłają.

Będzie o tym specjalny odcinek, bo ten temat idealnie łączy się z talentem [Naprawiania \(Restorative\)](#), który mam na pierwszym miejscu w Gallupie, ale to jeszcze za parę tygodni. Natomiast dzisiaj specjalnie nie zdradzam celowo jaka to jest marka, nie dlatego, że mam z nimi współpracę, czy będę miał, bo ani nie mam, ani nie będę miał. To była czysto prywatna sprawa, ale chcę Wam o niej opowiedzieć i o tym całym procesie, żeby też wyłuskać tam kilka fajnych, życiowo przydatnych tematów. Natomiast dzisiaj skracając tę całą historię, poświęciłem zdecydowanie więcej, za dużo czasu na szukanie tego idealnego odkurzacza, a później przeliczyłem sobie, znając koszt czasu, zaraz przejdziemy do tego, jak to zrobić, własnego czasu. Wyszło na to, że kupiłem tak naprawdę dwa te najdroższe odkurzacze, zamiast po prostu kupić jeden. Oczywiście ten, do którego wszyscy odsyłali i mieć temat załatwiony w dwa dni, a nie w trzy tygodnie. Tak trzy tygodnie, moi drodzy, można szukać w internecie odkurzacza, jak się ma głowę taką jak ja albo wiele osób na tym świecie. I właśnie tu całe na biało wchodzi umiejętność zarządzania czasem swoim i świadomość tego, ile ten czas kosztuje.

---

**Każda metoda liczenia kosztów własnego czasu, która daje jakiegokolwiek wyobrażenie jaka to jest wartość, kwotowa wartość, jest dobrą metodą.** To jest stwierdzenie Michała Szafranieckiego, ale też moje stwierdzenie, które po dobrej ponad dekadzie takiego intencjonalnego, świadomego życia względem czasu, mogę tutaj przytoczyć i pod nim się podpisać.

I teraz mamy dwie szkoły.

**Albo możemy liczyć koszt każdej naszej godziny pracy, biorąc za bazę, jakby za punkt wyjścia nasze wynagrodzenie, oczywiście na rękę netto, które ktoś nam za tę godzinę płaci pracy, za godzinę pracy naszej.** I tutaj zakładamy, że za każdą pozostałą godzinę czasu też jesteśmy w stanie sprzedać tyle samo siebie, tyle samo od naszego czasu, ile płaci nam pracodawca na etacie na przykład.

Ale to nie musi być zawsze prawda.

W przypadku osoby, która zarabia powiedzmy 4000 złotych na rękę, czyli netto i pracuje 5 dni w tygodniu, czyli powiedzmy taki standardowy 40 godzinny etat, po 8 godzin dziennie oczywiście, no to jej zarobek po wyliczeniu na rękę wynosi za godzinę pracy 23,81 zł. I teraz to jest kwota, jaką pracodawca podczas wykonywania pracy dla tej konkretnej firmy, tej konkretnej osobie płaci za godzinę jej pracy. Wszystko co się dzieje poza biurem domowym, poza pudełkiem zwanym praca u tego konkretnego pracodawcy na tym konkretnym etacie, stanowisku, cokolwiek, no właśnie, jest **tak zwanym kosztem utraconych zarobków**. Czyli dojazdy, czas wyjścia z kumplem na piwo, to wszystko inne co się dzieje poza pracą, jest kosztem utraconych zarobków, czyli podejście w stylu, gdybym wtedy pracował, to zarobiłbym no właśnie te 23,81 zł.

Tak, to jest toksyczne, dlatego przechodzę do **drugiego podejścia i do metody, którą ja preferuję, to jest tzw. metoda całościowa**, przynajmniej ja sobie ją tak określiłem, dla uproszczenia i dla tego odcinka. I ona skupia się na liczeniu kosztu absolutnego każdej godziny naszego życia, jakkolwiek górnolotnie to nie brzmi.

I teraz także tej, w której my nie wykonujemy obowiązków dla pracodawcy. **Za bazę przyjmujemy tutaj wszystkie przychody w ciągu roku**, czyli dla naszego przykładowego wynagrodzenia w wysokości wspomnianych 4000 zł netto, koszt ten wychodzi na poziomie 5,48 zł na godzinę.

Teraz zobaczcie, 23,81 kontra 5,48 zł. Gdzie się podziało to wszystko inne? I to w ogóle w zwykłym roku, bo w przystępnym wychodzi jeszcze mniej. To jest niewiele. Koszt każdej godziny naszego życia, także tej, w której my śpimy, bo spać musimy, jest zupełnie innym przelicznikiem niż tylko uwzględniając czas, który poświęcamy na pracę etatową i w ogóle na pracę zarobkową w ciągu dnia.

**Jak do tego podejść i jak to w ogóle policzyć?**

W policzeniu tego pomoże Wam arkusz kalkulacyjny, niejeden, [który znajdziecie na blogu Michała](#). Natomiast, żeby w ogóle z tego arkusza mądrze korzystać, to **warto zacząć od uświadomienia sobie, ile my w ten arkusz musimy – jakie my musimy wartości kwotowe – wpisać w ten arkusz**. I do tego idealnie przydają się technologie, a właściwie to aplikacje, które zostały stworzone, aby czas nam mierzyć, aby pozwalać nam zacząć kontrolować w ogóle ten czas i to, gdzie on jest lokowany przez życie, niekoniecznie przez nas, bo tutaj nie chodzi o podejście takie, że każdy świadomie musi wiedzieć, gdzie jedną minutę swojego życia przeznaczą każdego dnia przez 365 lub 66 dni w roku. Nie, nie o to chodzi. Tak jak mówię, nie dajmy się tutaj zwariować.

**Chodzi o to, aby z grubsza uchwycić to, na co my rzeczywiście wydajemy po pierwsze energię, po drugie nasze życie.** Wszystko po to, pracować mądrzej, a nie więcej. To jest zasadnicza różnica, o czym później. I aby mieć po prostu zdrowsze życie. Niekoniecznie bogatsze, zdrowsze życie. Jakby ja kiedyś pamiętam w tamtym tygodniu na Twitterze była dyskusja po, co są ludziom pieniądze. Ktoś tam mądrze, chyba Paweł Jońca, napisał, że pieniądze są zawsze skutkiem ubocznym. Nawet jeżeli zarabiamy je, no bo jakby musimy za coś wyżyć, tak, czyli nie w żadnym scenariuszu bycia milionerem, to one zawsze są skutkiem ubocznym, pracy, którą wykonujemy. Jak do tego wszystkiego podejść i jak w ogóle zacząć tą przygodę, zanim zaczniemy liczyć, ile faktycznie kosztuje tak w złotówkach nasz czas?

Przede wszystkim, znowu **odnosząc się do filozofii moich ukochanych Stoików, biorąc kontrolę nad rzeczami, nad którymi kontrolę wziąć możemy – na które mamy wpływ. Ta dychotomia kontroli, o której kilka razy wam już w tym sezonie mówiłem, czyli podział na rzeczy zależne i niezależne od nas.** Świadomość upływającego czasu jest jedną z tych rzeczy, nad którymi my możemy wziąć kontrolę. I teraz nie chodzi o to, żeby wziąć kontrolę nad swoją śmiertelnością, bo tego się nie da zrobić. Ale nad tym, że my jesteśmy świadomi tego, że te dni upływają i staramy się je wykorzystać najlepiej jak możemy. Świadomość kosztów własnego czasu jest jedną z tych technik, które pozwalają to zrobić. Konkretnie chodzi więc o to, aby ten czas mierzyć, ale inaczej niż tylko zegarkiem.

W ostatnich latach technologia nam tutaj bardzo pomogła.

Ja przez ostatnie 6 lat w sumie korzystam z jednego silnika, o którym teraz Wam chwilę opowiem, także jest partnerem tego odcinka, nie bez przyczyny, bo stwierdziłem, że właśnie taki temat chcę poruszyć i chcę po prostu ten odcinek sam z siebie zrobić właśnie z marką Toggl, którą Wam gorąco mogę zarekomendować i zaraz powiem dlaczego. Tak, jak zawsze staram się łączyć te tematy z partnerstwami w taki sposób, aby to było naturalne i szczerze, tak Toggl jest chyba najlepszym z dotychczasowych tego przykładem.

Toggl to nic innego jak usługa, w której możemy przygotować sobie licznik czasu na potrzeby projektów, którymi się zajmujemy. I uwaga, to nie muszą być projekty firmowe czy w ogóle zawodowe. To może być także research jakiejś rzeczy w sieci, to mogą być zakupy, to może być przygotowywanie powtarzalnych tematów każdego tygodnia, dnia i tak dalej. Ale to może być tylko i wyłącznie to, co jest związane z pracą. Jest tak u mnie. O tym powiem w dalszej części.

**Natomiast Toggl ma bardzo duże możliwości, jako ten silnik właśnie.** Jako usługa, która ma swoje aplikacje mobilne, na przykład Toggl Track, na który macie w tym odcinku specjalną promocję oczywiście, o niej powiem za moment, która pozwala w prosty sposób na dowolnym urządzeniu, na iOS, na Androidzie, na macOS, na Windowsie, czy nawet za pomocą wtyczki do przeglądarek włączać sobie ten licznik czasu i ten czas mierzyć.

To jest oczywiście Toggl Track, natomiast sam silnik, jako Toggl, ma też wystawionych bardzo dużo integracji, ma wystawione swoje API i dzięki temu takie aplikacje jak na przykład Timery, z której ja korzystam od wielu, wielu lat i którą dobrze znacie z tego podcastu, mogą funkcjonować i mogą, wykorzystując cały dobrostan Toggl, oferować takie, a nie inne doświadczenie użytkownika. **Choć trzeba zaznaczyć, że aplikacja Toggl Track do wielu rzeczy jest lepsza od Timery.** Do jakich rzeczy? Do takich rzeczy, które są związane znowu **z ekosystemem, który zaoferowało Toggl swoim użytkownikom.** Toggl to nie jest tylko licznik czasu, bo taki moglibyśmy sobie zrobić z prostego kuchennego licznika. **Toggl to jest nic innego jak ekosystem usług i narzędzi, które pozwalają na dużo więcej niż monitorowanie tego czasu.**

Możemy śledzić czas z wykorzystaniem silnika Toggl w stu popularnych narzędziach. To są dla tych, którzy są z branży IT. Na przykład JIRA. To jest JIRA, czyli narzędzie do zarządzania zadaniami w procesie developmentu aplikacji. To

mogą być narzędzia typu Salesforce do sprzedaży i wiele, wiele innych integracji. Natomiast wszystko to dzieje się w sposób zautomatyzowany. I tak na przykład w planie FREE możemy nieograniczenie śledzić czas w dowolnej liczbie projektów. Mamy raporty z możliwością eksportu. O tych raportach i momencie w roku, w których ja po nie sięgam opowiem za moment.

Mamy wspomniane aplikacje od aplikacji webowej, która jest takim centrum zarządzania silnikiem Toggl. Tam widzimy te wszystkie integracje nasze, tam widzimy raporty, tam widzimy wykresy kołowe, wykresy słupkowe, wykresy mówiące nam o tym na co konkretnie ten czas nasz został przepalony w ciągu tygodnia, miesiąca czy roku i alternatywnie można skorzystać również z innych aplikacji. Mamy też zautomatyzowane w planie FREE śledzenie aktywności na komputerach, no i śledzenie czasu w ponad 100 popularnych narzędziach. W planie STARTER, który Wam rekomenduję, możemy natomiast ustawić już godzinowe stawki rozliczeniowe, czyli poznając ten koszt naszego czasu, możemy wprowadzić to do Toggl Track i ono liczy nam od razu, po prostu netto, ile ten czas nasz kosztował kogoś albo kosztował nas, jeżeli zobaczymy na koszt utraconego czasu, o którym wspominałem. Zapisywanie niestandardowych raportów do szybkiego przeglądania również mamy w planie STARTER. Szacowanie czasu projektów, czyli jakby estymowanie tego, ile nam coś zajmie i ile to na koniec dnia będzie kosztować też. I nas i kogoś, bo jeżeli wiemy ile nas będzie to kosztować i znamy swój średni koszt czasu uwzględniający wszystkie źródła przychodów, czy to w roku, czy w kwartale, no to prościej jest nam, tutaj ukłon do freelancerów czy osób pracujących na B2B, wycenić kolejny projekt, którego się podejmujemy lub nie, no i zrobić go rentownym, mówiąc zupełnie wprost. Plan STARTER to także mierzenie czasów w tak zwanych podprojektach, czyli czasu spędzanego na konkretnym zadaniu, a więc na przykład pracuję nad odcinkiem podcastu i w ramach tej pracy mam montaż, ale mam też przygotowanie postów do social mediów, ale mam też sprawdzenie ostateczne takie transkryptu, który generuje dla mnie AI i który obrabia w pierwszej edycji redaktorskiej zewnętrzna firma i tak dalej i tak dalej.

Dla każdego z tych zadań Toggl Track może wystawić osobny timer, dzięki czemu my też widzimy później, że projekt podcast to nie jest tylko nagranie, to nie jest tylko mówienie do Was teraz, ale to jest cały szereg innych czynności, o czym ja zawsze powtarzam i mówię w podsumowaniach sezonów moich. Zadań, którymi trzeba się zaopiekować, którymi trzeba się zająć, albo które trzeba komuś oddać

i za to zapłacić. To też pokazuje nam, jak złożone są rzeczy, którymi się w życiu zajmujemy. I to, że my to widzimy, widzimy też na liczbach, pozwala, mówiąc zupełnie wprost, z wielu rzeczy rezygnować. Człowiek tak jest skonstruowany, że jeżeli widzi kwotę, to łatwiej do niego to przemawia niż jeżeli widzi koncept pod tytułem ktoś mu opowiada, że jak zrobi X to się stanie Y. Tutaj widać czarno na białym. Straciłem tyle tak naprawdę albo zyskałem tyle. I jeszcze plan starter to są też wstępnie wypełnione szablony.

Jest też plan PREMIUM i ENTERPRISE. O tym drugim Wam dzisiaj nie będę mówił, bo do tego jest specjalna podstrona [przygotowania przez Toggl](#), link znajdziecie do wszystkiego oczywiście tego w opisie. Natomiast w planie premium mamy również ustalanie stałych stawek w konkretnych projektach, przez co narzędzie w sumie robi za nas robotę całą. Planowanie wiadomości e-mail z raportami możemy tam wrzucić, prognozowanie analizy projektów, wyliczanie kosztów pracy zespołu całego, wyliczanie *velocity* i jakby to wszystko, te natywne integracje z JIRĄ, czy Salesforce, więc ten plan premium to już dla takich większych startupów czy firm.

---

**Te wszystkie te plany do 17 lutego od dziś, czyli od 17 listopada 2023 roku do 17 lutego 2024 roku dostajecie z upustem 20% aż, czyli 20% zniżki przy wyborze któregoś z tych planów, czyli planów STARTER, PREMIUM lub ENTERPRISE z kodem „boczemunie” pisane z małych liter. Wszystko razem [na stronach Toggl](#), do których linki znajdziecie [w opisie](#).**

---

**No dobra, a jak dokładnie ja z tego wszystkiego korzystam?** Czyli jak korzystam z Toggl jako silnika, tak jak i co monitoruję i co mi to daje? Już tłumaczę.

Przede wszystkim korzystam z Toggl do monitorowania czasu poświęconego na sprawy, które generują dla mnie realny dochód. Co nie oznacza, że dane zebrane w ten sposób nie pomagają mi lepiej zarządzać pozostałym czasem, też tym czasem prywatnym. Już rozwinę.

**Tak jak mówiłem wcześniej, wychodzę z założenia, że życie mamy jedno**

**i traktuję je jak jeden odcinek czasu.** Dodatkowo, niestandardowy ten odcinek jest. Właściwie jest to punkt, który biegnie w niewiadomą stronę w przyszłość, bo my nie wiemy, gdzie jest koniec tego odcinka. Staram się spoglądać zawsze na sprawę całościowo. Przykładowo, gdy zaczynam pracować nad jakimś tekstem, czy tematem, czy odcinkiem, osobno mierzę czas przeznaczony na research, a osobno już na pisanie tego tekstu. Osobno czas przeznaczony na przygotowanie do nagrania odcinka podcastu, a osobno czas jego nagrania, czyli sam akt twórczy, ten który teraz wykonuję, czyli nagranie, mówienie do Was. Osobno kontakt ze sponsorami np. z Toggl. **Na koniec każdego miesiąca, a szerzej kwartału czy roku, dzięki dostępowi do raportów w aplikacjach takich, jak Toggl mam jasny wgląd w to, czy dobrze, po pierwsze, wyceniłem swoją pracę? Czy może powinienem być coś zmodyfikować? Niekoniecznie zawsze oznacza to też podwyżkę ceny za godzinę mojej pracy, bo często może oznaczać to wspomniane oddelegowanie jakiejś czynności,** np. sztucznej inteligencji, co zrobiłem z transkrypcjami, czy kontraktorom zewnętrznym, którym najnormalniej w świecie muszę zapłacić za ich czas, za ich pracę.

Bo jest to dla mnie lepsze rozwiązanie z wielu powodów. To niekoniecznie oznacza bardziej opłacalne, ale może oznaczać. To też może oznaczać bardziej opłacalne mentalnie, bo odzyskuję czas i OK, mam ten koszt utraconych dochodów, ale intencjonalnie wolę to przeznaczyć na np. spotkanie z dobrym kumplem. Nierzadko oznacza to po prostu zrobienie rzeczy w bardziej optymalnej kolejności, formie, dzięki czemu na koniec dnia wychodzi mniej czasu, mniej uwagi, mniej energii życiowej, którą muszę poświęcić tej rzeczy. To właśnie mam na myśli, mówiąc moim rozmówcom, chyba już w niezliczonej liczbie odbytych na ten temat rozmów czy dyskusji, że znając wartość naszego czasu, możemy najszybciej w życiu dać sobie podwyżkę. Bez proszenia nawet o tę podwyżkę pracodawcy. Choć rzeczywiście to też się przydaje, w sensie świadomość rzeczywistości kosztu naszego czasu w takich negocjacjach. Ale przykład wycinania rzeczy z życia. Jeżeli coś wycinam, to zwalnam czas.

Jeżeli zwalnam czas, to tak naprawdę mogę ten czas relokować chociażby w dodatkowe zajęcie albo w mentalny zysk po prostu kierując go na odpoczynek.

***No i dobra Krzysiek, a co z prywatą?***

Bo to pytanie absolutnie zawsze pada. Otworzę ten wątek od takiej prostej zasady, którą staram się wyznawać, że **czas, którego marnowanie albo zmarnowanie sprawiło Ci przyjemność, to nie jest czas zmarnowany**. Bo inaczej popadamy w ideologizację życia, a nie ma chyba nic gorszego i dobrze spędzony wieczór z innymi, czy jakkolwiek go lubimy spędzać, jest dla mnie niewycenialny.

Mentalnie, bo technicznie oczywiście wycenialny to on jest, ale to już ustaliliśmy. Natomiast **świadomość tego, ile kosztuje mój czas, pozwala łatwiej decydować, komu tę moją uwagę faktycznie chcę poświęcać**. Kto jest moim człowiekiem? Kto jest człowiekiem, który powoduje wzrost u mnie, który daje mi energię życiową, który mnie podpała, który daje iskrę? A kto tym człowiekiem, który nie dość, że ściąga mnie w dół, to jeszcze dodatkowo, na koniec dnia również pieniądze, natomiast nie staram się patrzeć na tego typu relacje poprzez pryzmat kasy.

Zdarza się tak, że spotykasz się z jakimś kumplem trzeci, czwarty, piąty raz w rzędu i gość, czy gościowa, bo to może być też przecież kobieta, siedzi na tym spotkaniu na Twitterze/X albo na Instagramie i przewija *timeline*, kiedy ty do niej, do niego mówisz. I ja już mam taką zasadę, niestety miałem parę takich osób w ostatnich latach, że jeżeli ktoś, intencjonalnie zakładam, że ktoś robi to faktycznie świadomie, zaprasza mnie na piwo albo chce ze mną wyjść gdzieś, a później, kiedy już jesteśmy gdzieś, twierdząc oczywiście zawsze, że uwagę ma podzielną, nigdy to prawie nie jest prawda, albo zareaguje na stwierdzenie, że nigdy nie jest prawda. Po prostu na tym spotkaniu przez nie minutę, i to nie chodzi o sprawdzenie, bo ktoś dzwoni, czy po prostu czeka ktoś na ważną informację od dziecka, męża, partnera, *whatever*, ale intencjonalnie przez dłuższy czas, pięć, dziesięć minut nawet się zdarzało, siedzi w smartfonie i niby Cię słucha, a tak naprawdę siedzi w *social mediach*. Ja takiej osoby wycinam do swojego życia, mówiąc zupełnie wprost, iż nigdy się z nimi nie spotykam.

I to nie chodzi o dawanie komuś drugiej szansy, nie. Bo zawsze to zaznaczam na pierwszym, drugim spotkaniu, że mi to przeszkadza. Proszę, żeby tak nie robić, bo jest to dla mnie temat ważny. Czy może, proponuję, czy możemy taką zasadę przyjąć, że po prostu mamy schowane telefony na tym spotkaniu? I to się lubi rozbić grochem o ścianę, nie. I wtedy nie mam żadnego problemu, żeby taką osobę ze swojego życia po prostu wyciąć.

Być może to jest brutalne, zgadzam się, ale każą sobie odpowiedzieć na pytanie, co jest brutalniejsze względem nas samych. I tu nie chodzi o chory egoizm, taki chorobliwy ego, tylko po prostu o szanowanie swojego życia, które mamy jedno.

I dodatkowo, przypominam, nie wiemy ile potrwa. Świadomość wagi naszego czasu, pozwala po prostu efektywniej walczyć o ten czas. A potem możemy go przeznaczać na to, co jest według nas jakościowe, według nas podkreślam, nie według *coachów*, nie według książek mądrych, według nas. Albo inaczej mówiąc, na nasze życie, na relacje, na hobby, na nic z nierobienie też, bo dawka nic z nierobienia każdemu jest przecież potrzebna. To nie zawsze jest koszt utraconych zarobków, o którym wspomniałem, bo nie śpiąc albo wpadając w pracobolizm może zarobisz netto więcej, ale gwarantuję Ci, że na koniec dnia zarobisz mniej, bo resztę wydasz na terapię, mówiąc zupełnie wprost...

I takich przykładów w ostatnich dwóch latach zwłaszcza dookoła mnie jest zdecydowanie za dużo. Ale też chodzi o świadomość tego, że przewijając co wieczór po prostu Netflix – nie mówię o intencjonalnym oglądnięciu filmu, czy po prostu o tym, że ktoś lubi te filmy oglądać – ale po prostu chodzi mi o bezmyślne *scrollowanie* i szukanie filmu, które nie kończy się niczym, oprócz frustracji, to wtedy już powiem, że ten czas można było przeznaczyć na pracę, na zarobienie, na rozwój kompetencji swoich. To też na koniec dnia jest zysk. Więc trzeba bardzo konkretnie określać przedmiot tej dyskusji o czasie, bo jest to dyskusja trudna.

***No dobra Krzysiek, a w tym wszystkim to w sumie o co chodzi? O co, żeby nie być frajerem?***

Takie pytanie już też parę razy słyszałem. Widzicie, drodzy słuchacze, ja nigdy nie jestem do końca pewien, jaka definicja kryje się pod takim określeniem, pod określeniem „frajer” u osób rzucających takie pytanie, ale odpowiadam inaczej. I tak zrobię też dziś.

**Chodzi o to, aby zwiększać swoją samoświadomość.** W tym przypadku względem nieuchronnie mijających nam dni na tej Ziemi, czyli nie o nazwanie kogoś, kto tego nie robi tak czy inaczej, ale o patrzeć na to, co ja mogę zrobić mądrzej, nad czym ja mogę mieć kontrolę z tych rzeczy, nad którymi kontrolę mieć mogę faktycznie. A na koniec dnia, jak żyć po prostu lepiej i być też lepszym, lepszą wersją siebie dla innych.

Tylko o to w tym chodzi. O nic innego. Moim zdaniem, rzecz jasna.

## Od czego zacząć zatem?

Na zakończenie mam dla Ciebie takie zadanie. Policz np. korzystając z gotowych kalkulatorów Michała, które znajdziesz w opisie do tego odcinka pod adresem [boczemunie.pl/299](http://boczemunie.pl/299), albo od razu odpal sobie Toggla na darmowej wersji lub płatnej wersji, jak wolisz i po prostu daj sobie na to miesiąc, dwa, ile chcesz. Aby te dane były oczywiście reprezentatywne. I po prostu włączaj timery na to co faktycznie chcesz posprawdzać. Poustawiaj sobie różne rzeczy w tym narzędziu. Dzięki temu będziesz mógł zapisać na przykład ile czasu spędzasz na zmywaniu naczyń, sprzątaniu mieszkania, oglądaniu telewizji czy pracy w tym czy innym projekcie. To mogą być błahe rzeczy na początek i części z tych danych nigdy później nie użyjesz w przyszłości, ale zobaczysz na liczbach jak wygląda Twój dzień właśnie w kontekście czasu. I ile z tego koła czasu, to jest zawsze 24 godziny jako 100%, rzeczywiście masz na to, co być może chcesz mieć, albo właśnie nie masz na to, co chcesz mieć i co możesz z tym zrobić.

Najważniejsza rada brzmi, **zróbcie to dla siebie.**

W sensie nie chwalcie się, że prowadzicie taki eksperyment i błagam, nie próbujcie ustawiać swojego otoczenia pod dyktando tego eksperymentu, bo tak powiedzieli w podcaście. Absolutnie nie, ja tak robiłem i nie chcecie tam być. Niech to będzie Wasz eksperyment. Dopiero kiedy konkretne wnioski się pojawią, to super jak się nimi z kimś, najlepiej zacząć od bliskich, podzielicie.

A co potem?

Potem warto poszukać optymalizacji. Z doświadczenia powiem Wam, że dużo łatwiej będzie je zauważyć na danych, niż nie mając tych danych.

A potem?

A potem polecam wracać do tych danych co jakiś czas. Ustalony przez Ciebie. Ja robię to raz na kwartał, przy podsumowaniu roku. Każdy robi inaczej.


Po co?

**Po to, aby intencjonalnie żyć.** Bo na koniec dnia, bez względu na to, jaką ilością technologii się obudujemy, chodzi właśnie o to.

Mam nadzieję, że ten odcinek był dla Was przydatny. Krótszy niż zwykle, ale starałem się tutaj wyluskać te konkrety, z których faktycznie korzystam. Raz jeszcze bardzo dziękuję Toggl za partnerstwo. Was odsyłam do [opisu tego odcinka](#), tam [wszystkie linki znajdziecie](#).

My słyszymy się już niebawem. Bo czemu nie?

[MUZYKA]

*Raz jeszcze, na koniec, żeby nie umknęło. Przypominam, zostaw na [Apple Podcasts](#) lub na [Spotify](#) taką liczbę  gwiazdek, jaką uznasz za stosowną.*

*Do usłyszenia w kolejnym odcinku, a za dziś bardzo dziękuję.*

[MUZYKA CICHNIE – KONIEC ODCINKA]