

ЕЖЕДНЕВНИК

КАК РАБОТАТЬ С «ГОДОМ ПУБЛИЧНОСТИ»

Привет, пристегивайте ремни!

Мы начинаем наше путешествие в публичность!

И вот короткая инструкция:

1. В начале недели ты выбираешь три ключевых дела, над которыми будешь работать в течение 7 дней. Это все обязательно связано с публичностью. Просто когда ты знаешь три самых сложных дела, которые тебе надо сделать в ближайшее время, то твое сознание не ищет отмазки, чтобы этого не делать — хочешь не хочешь, а шевелиться придется. Именно поэтому это выделено как отдельная история в самом начале недели. И, к слову, я буду просить тебя отчитываться об этом. Помни!

2. Знакомство. Мы говорим о том, что для появления новых идей в твоей жизни у тебя должны появляться новые люди и, соответственно, новые знакомства. Это заслуживает отдельного блока, не так ли?

3. Ну и, конечно, прошивки. Те рутины и дела, которые нужно встраивать в свою жизнь и делать так, чтобы это формировалось как новая привычка. Да, привычки я назвала прошивками, чтобы они как бы «прошивали» мозг по-новому и создавали свежие нейронные связи в твоей голове.

Идем дальше. На каждый день мы выделяем по полстранички. Я принципиально сделала этот ежедневник направленным не на твои бизнес-задачи, а именно на продвижение

публичности. Все здесь для этого имеется. Сверху ты видишь три точки и отмечаешь, сделал ли ты что-то из прошивок (которые можешь найти в конце этой книги прямо отдельным списком). Еще раз: я рекомендую брать по три прошивки на месяц. Так в течение года ты сделаешь все, что нужно, и привыкнешь к образу жизни публичного человека.

Дальше, конечно же, мои фирменные три удовольствия каждый день. Теперь у тебя есть отдельное место, где ты можешь эти три удовольствия фиксировать.

Ну и на сладкое. В конце дня я прошу тебя записывать, в чем ты огонь, что клевого сделано в этой жизни. Потому что именно на том, что ты отмечаешь свои достижения, получается расти быстрее всего. Конечно же, надо замечать, в чем и другие люди молодцы (для этого также мы отвели отдельное место). Пишите каждый день, кто в чем молодец! Угадайте, что я запишу в свой «Год публичности» за сегодня? Да, я молодец в том, что написала настолько интересную книгу, что такой прекрасный человек, как ты, мой дорогой читатель, решил потратить на нее свое время!

**Убеждена, что время это будет проведено с пользой.
А теперь в сторону разговоры — перейдем к делам.**

Ну что же. Погнали!

НЕДЕЛЯ 1 _____ / _____

прошивки

1.
2.
3.

знакомства

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ключевые задачи

1.
-
-
2.
-
-
3.
-
-

ПН _____ / _____

прошивки ○ ○ ○

3 удовольствия

1.....

2.....

3.....

в чем я огонь?

.....

.....

в чем другие огонь?

.....

.....

ВТ _____ / _____

прошивки ○ ○ ○

3 удовольствия

1.....

2.....

3.....

в чем я огонь?

.....

.....

в чем другие огонь?

.....

.....

СР _____ / _____

прошивки



3 удовольствия

1.....

2.....

3.....

в чем я огонь?

.....

.....

в чем другие огонь?

.....

.....

ЧТ _____ / _____

прошивки



3 удовольствия

1.....

2.....

3.....

в чем я огонь?

.....

.....

в чем другие огонь?

.....

.....

ПТ _____ / _____

прошивки ○ ○ ○

3 удовольствия

1.....

2.....

3.....

в чем я огонь?

.....

.....

в чем другие огонь?

.....

.....

СБ _____ / _____

прошивки ○ ○ ○

3 удовольствия

1.....

2.....

3.....

в чем я огонь?

.....

.....

в чем другие огонь?

.....

.....

ВС _____ / _____

прошивки



3 удовольствия

1.....

2.....

3.....

в чем я огонь?

.....

.....

в чем другие огонь?

.....

.....

ИТОГИ НЕДЕЛИ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....