

ТАБЛЕТКА № 23 · ПОШАГОВЫЙ ПЛАН

72 ЧАСА ДО НУЛЯ



Что делать, когда денег нет,
а платить надо



ЧТО ПОНАДОБИТСЯ:

- ✓ лист бумаги и ручка
- ✓ телефон с мессенджерами
- ✓ 72 часа и желание действовать



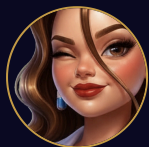
Это не мотивация. Это инструкция.
Результат не гарантирован, но шанс есть у каждого, кто
действует.



КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ПЛАНОМ

КАРТА ПУТИ

6 шагов. 72 часа. Одна цель.



ПРИВЕТ, Я ЕЛИЗАВЕТА ФЕДОРОВА

Представь: через 72 часа нужно отдать 100 000 ₽, а на счету ноль. Ни подушки, ни запасов, только дата в календаре. Вот что делать. Иди по шагам и ничего не пропускай.



Выключи панику

Сядь, выдохни, возьми лист бумаги.

1



Найди боль

Кому ты можешь помочь за деньги прямо сейчас?

2



Быстрое предложение

Просто, понятно, с ограничением мест.

3



240 контактов

80 сообщений в день, три дня подряд.

4



Считай математику

Сколько клиентов нужно, чтобы набрать сумму?

5



Бери предоплату

Деньги сегодня, старт работы через 3 дня.

6

“

ГЛАВНОЕ ПРАВИЛО

Побеждает не самый талантливый. Побеждает **самый быстрый и самый сфокусированный**.

1
ПАНИКА

2
БОЛЬ

3
ОФФЕР

4
240

5
РАСЧЁТ

6
ДЕНЬГИ

ШАГ

1

ВЫКЛЮЧИ ПАНИКУ

Сначала успокаиваем голову. Потом действуем.



ЕСЛИ ПАНИКА

Мозг выживает

- ✗ ищет угрозу, а не решение
- ✗ ступор: руки не работают
- ✗ часы уходят впустую



ВЫДОХ

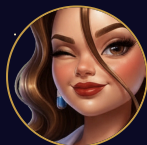


ЕСЛИ СПОКОЙНО

Мозг думает

- ✓ ищет решение
- ✓ понятно, что делать дальше
- ✓ каждый час работает на тебя

Паника не платит за квартиру. Она только съедает часы, которых и так мало.



ЕЛИЗАВЕТА ОБЪЯСНЯЕТ

Когда страшно, голова занята только страхом. Она ищет опасность, а не выход. Поэтому сначала выдыхаем, а потом придумываем, что делать.

ЧЕК-ЛИСТ ШАГА 1

1

Сядь.

Не стой и не бегай по комнате.



2

Выдохни.

Вдох на 4 счёта, выдох на 6. Повтори 5 раз.



3

Возьми лист бумаги и ручку.

Пока только бумага, без телефона.



4

Задай себе один честный вопрос:

«Кому прямо сейчас я могу облегчить жизнь за деньги?»



ДЫШИМ ПО СХЕМЕ



вдох · 4

выдох · 6

✓
ПАНИКА

2
БОЛЬ

3
ОФФЕР

4
240

5
РАСЧЁТ

6
ДЕНЬГИ

ШАГ

2

НАЙДИ БОЛЬ

Ту, за которую платят прямо сейчас.

✗ НЕПРАВИЛЬНЫЙ ВОПРОС

«Какая у меня профессия?»
«Что я умею?»



✓ ПРАВИЛЬНЫЙ ВОПРОС

Какую **чужую боль** я могу закрыть в ближайшие дни?

Люди платят не за талант.

Они платят за решение проблем и делают это быстро, когда проблема горит.

ПРИМЕРЫ: УМЕНИЕ → ЧЬЯ-ТО БОЛЬ



Монтирую рилсы

→ нет охватов, а на видео нет времени



Собираю сайты

→ нет страницы, куда прийти клиентам



Делаю ноготочки

→ красивые руки нужны срочно



Пишу тексты

→ не удаётся объяснить, чем ты полезен



Настраиваю рекламу

→ мало клиентов, нет заявок



Разбираю таблицы

→ в цифрах хаос, ничего не понятно



ЕЛИЗАВЕТА ОБЪЯСНЯЕТ

Слово «боль» здесь не про «больно». Это чья-то проблема, которую ты умеешь решать. Чем срочнее проблема, тем быстрее человек готов платить.

УПРАЖНЕНИЕ: ВЫПИШИ ВСЁ, ЧТО УМЕЕШЬ

Без фильтра. Даже «ненастоящие» профессии.

.....

.....

.....

.....

ЧЕК-ЛИСТ ШАГА 2

- ☐ Выписать всё, что умею
- ☐ Не вычёркивать «ненастоящее»
- ☐ Обвести то, за что платят **сейчас**
- ☐ Выбрать самое быстрое



ПАНИКА



БОЛЬ



ОФФЕР



240



РАСЧЁТ



ДЕНЬГИ

ШАГ

3

БЫСТРОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

Не идеальное. Быстрое. У тебя нет недели.

КАК УСТРОЕНО ХОРОШЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

«Внимание всем, кому нужны охваты. **1** Беру несколько человек и продюсирую рилсы на месяц вперёд. **2** Максимум 5 человек. **3** По специальной цене. **4** Кто первый, того и место».

1 Для кого

Кому это нужно? Скажи сразу.

2 Что делаю

Какую боль закрываю? Одной фразой.

3 Сколько мест

Когда мест мало, решать приходится быстро.

4 Сколько стоит

Впиши цену цифрой: 25 000 ₽.

ЗАПОЛНИ СВОЁ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

Внимание всем, кому нужно _____.

Беру _____ человек и _____.

Максимум _____ мест. Цена: _____ ₽. Кто первый, того и место.

НЕ НАДО

- ✗ длинных предисловий
- ✗ «я профессионал с опытом»
- ✗ «мы команда экспертов»
- ✗ недели раздумий над «уникальным оффером»

НАДО: ПРОВЕРЬ ГАЛОЧКАМИ

- ☐ что я делаю
- ☐ для кого
- ☐ сколько мест
- ☐ сколько стоит (цифрой)



ЕЛИЗАВЕТА ОБЪЯСНЯЕТ

Оффер, то есть предложение, должен быть простым: «Делаю вот это, для вот этих людей, вот за столько». А мест мало нарочно: когда место одно из пяти, решать приходится быстро.



ПАНИКА



БОЛЬ



ОФФЕР



240



РАСЧЁТ



ДЕНЬГИ

ШАГ

4

240 КОНТАКТОВ

За 72 часа. Это норма, не меньше.

240

КОНТАКТОВ

3 дня × 80 сообщений

ДЕНЬ 1 · 80



ДЕНЬ 2 · 80



ДЕНЬ 3 · 80



80 в день: **10 в час**, если писать 8 часов. Или **4 подхода по 20**.

КОМУ ПИСАТЬ: ВСЕМ СРАЗУ



Знакомые



Друзья



Старые клиенты



Чаты



Сторис



Телеграм



МАХ

ТАК НЕ НАДО

«У меня сложная ситуация, помогите кто чем может»

✗ это просьба: людям нечего купить

ТАК НАДО

«Продюсирую рилсы на месяц вперёд. 5 мест. 25 000 ₽. Кто первый, того и место»

✓ это предложение: понятно, что делать



ЗАПОМНИ

Люди помогают не тем, кто просит. Люди помогают тем, кто **предлагает решение**. Поэтому в сообщении только предложение и цена.

ЧЕК-ЛИСТ ШАГА 4



Написать 80 сообщений сегодня



Только предложение и цена, без нытья



Отмечать каждое в трекере (стр. 7)



Отвечать всем, кто ответил

ПРИЛОЖЕНИЕ К ШАГУ 4

ТРЕКЕР 240

Закрашивай кружок после каждого отправленного сообщения. Цифры, а не хаос.

● ДЕНЬ 1 · ПЕРВЫЕ 24 ЧАСА

Написал(а) _____ / 80 Ответили _____ Оплатили _____

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80

● ДЕНЬ 2 · 24-48 ЧАСОВ

Написал(а) _____ / 80 Ответили _____ Оплатили _____

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80

● ДЕНЬ 3 · 48-72 ЧАСА

Написал(а) _____ / 80 Ответили _____ Оплатили _____

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80

ИТОГО ЗА 72 ЧАСА

Написал(а) _____ / 240 Ответили _____ Согласились _____ Оплатили _____

Собрано: _____ ₹ из _____ ₹

☐ ещё не написал(а)
 ☒ сообщение отправлено, закрой
 Ответили и Оплатили: считай в конце дня



ШАГ

5

СЧИТАЙ МАТЕМАТИКУ

Это не чудо. Это арифметика.

ВАРИАНТ А



$$2 \times 50\,000 \text{ Р} = 100\,000 \text{ Р}$$

0,83% от 240 контактов

как в примере

ВАРИАНТ Б



$$4 \times 25\,000 \text{ Р} = 100\,000 \text{ Р}$$

1,67% от 240 контактов

ВАРИАНТ В



$$10 \times 10\,000 \text{ Р} = 100\,000 \text{ Р}$$

4,17% от 240 контактов

240 КОНТАКТОВ

4 согласились, этого хватает



ПОСЧИТАЙ СВОЁ

Мне нужно: _____ Р

Цена одного места: _____ Р

Клиентов = сумма ÷ цена: _____

Пример: $100\,000 \div 25\,000 = 4$ клиента. $4 \div 240 \times 100 = 1,67\%$.

Процент = клиенты ÷ 240 × 100

Клиентов: _____

Процент: _____ %



ЕЛИЗАВЕТА ОБЪЯСНЯЕТ

Процент показывает, сколько человек из ста согласились. При 1,67% это меньше двух человек из ста. Гарантии нет, но шанс **реальный и достижимый**.



ПАНИКА



БОЛЬ



ОФФЕР



240



РАСЧЁТ



ДЕНЬГИ

ШАГ

6

БЕРИ ПРЕДОПЛАТУ

Деньги сегодня, работа через 3 дня.

1



Человек говорит «да»

Он готов занять место



2



Полная предоплата

Платит до начала работы



3



Деньги на счёте

Вопрос закрыт сегодня



4



Старт через 3 дня

Договорись о дате



ИНТЕРЕСУЕТСЯ

смотрит, спрашивает, «подумаю»



**ПРЕДОПЛАТА
= ФИЛЬТР**



ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ХОЧЕТ

платит и занимает место

ПОЧЕМУ СТАРТ ЧЕРЕЗ 3 ДНЯ, А НЕ ЗАВТРА?

СЕГОДНЯ

закрывать вопрос с деньгами

ДЕНЬ 1 · ДЕНЬ 2 · ДЕНЬ 3

собираешь предоплаты, отвечаешь людям

ЧЕРЕЗ 3 ДНЯ

начинаешь работу

Когда деньги на счёте, голова работает иначе, и работу ты сделаешь лучше.



ЕЛИЗАВЕТА ОБЪЯСНЯЕТ

Предоплата значит, что человек платит до начала работы. Так сразу видно: ему правда нужно, он не просто «интересуется».

ЧЕК-ЛИСТ ШАГА 6



Сказать: «Полная предоплата, старт через 3 дня»



Получить деньги и отметить в трекере



Записать дату старта в календарь

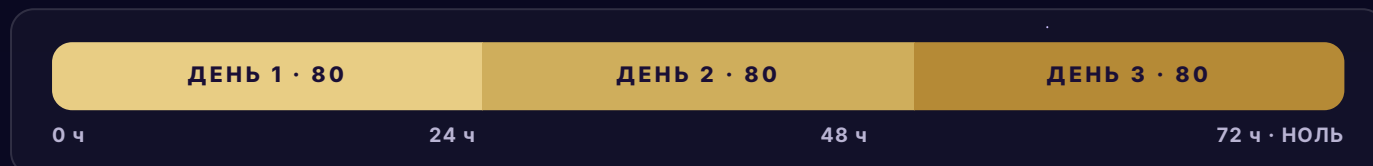


Написать каждому клиенту дату старта

МАСТЕР-ЧЕК-ЛИСТ

ПЛАН НА 72 ЧАСА

Всё в одном месте. Отмечай галочками.



0

Старт ШАГИ 1-3

- | | |
|---|---|
| ☐ Выдохнуть, сесть, взять лист | ☐ Выписать умения, найти боль |
| ☐ Написать предложение с ценой | ☐ Посчитать клиентов и процент |

1

День 1 0-24 ЧАСА

- | | |
|---|---|
| ☐ Написать первым 80 контактам | ☐ Отправить в чаты и сторис |
| ☐ Ответить всем, кто ответил | ☐ Отметить сообщения в трежере |

2

День 2 24-48 ЧАСОВ

- | | |
|--|--|
| ☐ Ещё 80 сообщений (всего 160) | ☐ Взять полную предоплату |
| ☐ Договориться о старте через 3 дня | ☐ Отметить оплаты в трежере |

3

День 3 48-72 ЧАСА

- | | |
|---|---|
| ☐ Ещё 80 сообщений (всего 240) | ☐ Написать тем, кто сомневался |
| ☐ Собрать все предоплаты | ☐ Записать дату старта каждому |

✓

Финиш ЧАС 72

- | | |
|--|---|
| ☐ Нужная сумма на счёте | ☐ Платёж отправлен |
| ☐ Выдох. Работа начнётся через 3 дня. | |

ЗАДАНИЕ НА СЕГОДНЯ

ТРИ ВЕЩИ В ЗАМЕТКИ

Открой заметки на телефоне и напиши. Или пиши прямо здесь.

1

Какую чужую боль я могу закрыть за деньги прямо сейчас?

Не профессия. Боль.

.....

.....

.....

2

Сколько мне нужно?

Разбей на варианты: 2×50, 4×25, 10×10.

Мне нужно _____ ₹

☐ 2 × 50 000

☐ 4 × 25 000

☐ 10 × 10 000

Мой вариант: _____ клиентов × _____ ₹ = _____ ₹

3

Сколько контактов я сделаю за 72 часа?

Норма: 240. Не меньше.

Я напишу _____ людям: + +



Напиши результат в личку. Разберём в закрытом чате

Без оценок. Просто посмотрим, где ты можешь ускориться.

ЕСЛИ НУЖНО, ПОМОГУ С ЭТИМ



Версия для переписки

короткое сообщение, которое рассылает по контактам



Скрипт для сторис

как за 15 секунд донести предложение



Таблица учёта 240

чтобы видеть цифры, а не хаос. Она уже внутри, стр. 7

ГЛАВНАЯ МЫСЛЬ

ПОБЕЖДАЕТ САМЫЙ БЫСТРЫЙ

и самый сфокусированный.

Тот, кто не сидит и не ждёт, что «что-нибудь появится». Тот, кто встал, посчитал, написал 240 сообщений и взял предоплату.

ЭТО НЕ ПРО МОТИВАЦИЮ

Это про простые, конкретные, скучные действия, пока не начнётся движение..

ТВОЙ ПУТЬ

1 · Выдох

2 · Боль

3 · Предложение

4 · 240

5 · Расчёт

6 · Предоплата

НАЧНИ С ШАГА 1

