

Как эффективно ставить цели и
достигать 80% результата,
прикладывая лишь 20% усилий

Стрелец Елизавета

Основательница студии Эстетической косметологии Strelets.aesthetic

Практикующий доктор-косметолог с высшим медицинским образованием.

4 года преподаватель курсов эстетической косметологии

Миссия: помогать людям заботиться о здоровье кожи через комплексный и индивидуальный подход.



Мой Путь к Успеху: От Мечты до Реальности

Вдохновение

В Америке я живу всего год, но этот год стал для меня настоящим прорывом. До переезда я мечтала об открытии своей студии, но именно за этот год я смогла сделать огромный шаг вперед.

1

2

Ключевые Моменты

Я научилась правильно ставить цели, разработала стратегии и системы для их достижения. За этот год мне удалось реализовать 80% всех своих целей, включая самые амбициозные.

МОИ РЕЗУЛЬТАТЫ ЗА 1 год в США

1. Развитие Бизнеса

- ✓ Открыла собственную студию в Калифорнии.
- ✓ Собрала команду из 4 человек.
- ✓ Наладила операционную систему и финансовый контроль.

2. Клиенты и оборудование

- ✓ Набрала 150+ клиентов.
- ✓ Купила аппарат HydroFacial за \$50,000.

3. Личные достижения

- ✓ Улучшила навыки предпринимателя, пройдя два бизнес-курса.
- ✓ Превзошла финансовую цель на 150%.

Почему я делюсь этим ?

- ✓ Цели меняют жизнь.
- ✓ Разделив цель на задачи, любую можно достичь.

Заключение

- ✓ Планирование и дисциплина – ключ к успеху.
- ✓ Даже в новой стране можно построить успешный бизнес.
- ✓ Поделюсь, инструментами, которые помогут вам достичь своих целей.



Почему большинство целей не достигаются?

Не ваши цели

Возможно, вы поставили цель, которая вам была навязана обществом или близкими, а не действительно важна для вас.

Некорректная постановка

Цель может быть расплывчатой, без четких сроков, критериев, что затрудняет ее достижение.

1

2

3

Недостижимые цели

Возможно, ваша цель слишком амбициозна и нереальна для текущих условий и ресурсов.

Постановка SMART-целей: Путь к успеху

S	1. Конкретная	Определите точный результат, который вы хотите достичь. Например, открыть кабинет косметолога в определенном районе города.
M	2. Измеримая	Укажите, как вы будете измерять свой прогресс. Например, количество новых клиентов за первый месяц работы.
A	3. Достижимая	Убедитесь, что ваша цель реалистична и вам по силам ее достичь. Например, разработать план действий, который позволит вам открыть кабинет в срок.
R	4. Актуальная	Проверьте, соответствует ли ваша цель вашим долгосрочным целям и ценностям. Например, если вы хотите развивать свою карьеру в косметологии, то открытие кабинета является актуальной целью.
T	5. Ограниченная во времени	Установите четкий дедлайн для достижения своей цели. Например, открыть кабинет до 1 марта 2025 года.

«Неопределённая цель» открыть кабинет

1

Этап 1: Целеполагание

- ✓ Открыть косметологический кабинет в центре города к 1 марта 2025 года по специализирующийся на уходе за лицом.

2

Этап 2: Подготовка

- ✓ Провести ремонт, помещения, закупить необходимое оборудование, настроить рекламную компанию в Instagram.

3

Этап 3: Запуск и анализ

- ✓ Привлечь 20 новых клиентов в течение первого месяца работы.

Разделение цели на задачи: Как сложить мозаику успеха

Видение

1

Первым шагом является определение вашего видения: какой кабинет вы хотите? Какой стиль? Какое оборудование будет в нем?

Поиск

2

Затем, нужно найти идеальную локацию. Где будет ваша студия? Какое место вам подходит больше всего?

Процедуры

3

Какие процедуры вы хотите предлагать? Каким услугам вы хотите специализироваться?

Оборудование

4

Какое оборудование вам нужно для работы? Как вы будете его закупать и устанавливать?

Клиенты

5

Как вы будете привлекать клиентов? Какие маркетинговые стратегии вы используете?

Закон Парето: 80/20 для успеха

1

SMART-цели

Определите конкретные, измеримые, достижимые, актуальные и ограниченные во времени цели.

2

Ключевые действия (20%)

Определите 20% действий, которые дают 80% результатов.

3

Фокус и делегирование

Уделите 80% времени ключевым действиям, остальное делегируйте.

4

Мониторинг и коррекция

Еженедельный анализ прогресса и коррекция стратегии.

5

Успех и улучшение

Анализируйте успехи для повышения производительности.

Закон Парето: 20% действий = 80% результата

1

Пример: Бизнес

20% клиентов могут приносить 80% дохода, поэтому важно фокусироваться на их обслуживании.

2

Пример: Личная жизнь

20% задач по дому (готовка, уборка) занимают 80% времени, найдите способы оптимизации.

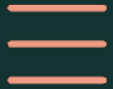
3

Пример: Проекты

20% задач приносят 80% результата, поэтому нужно определить и приоритезировать их.



Определение 20% ключевых задач: Ускоряем путь к цели



Проведите анализ

Определите все задачи, которые необходимы для достижения цели.



Оцените важность

Какие задачи принесут наибольший вклад в достижение вашей цели?

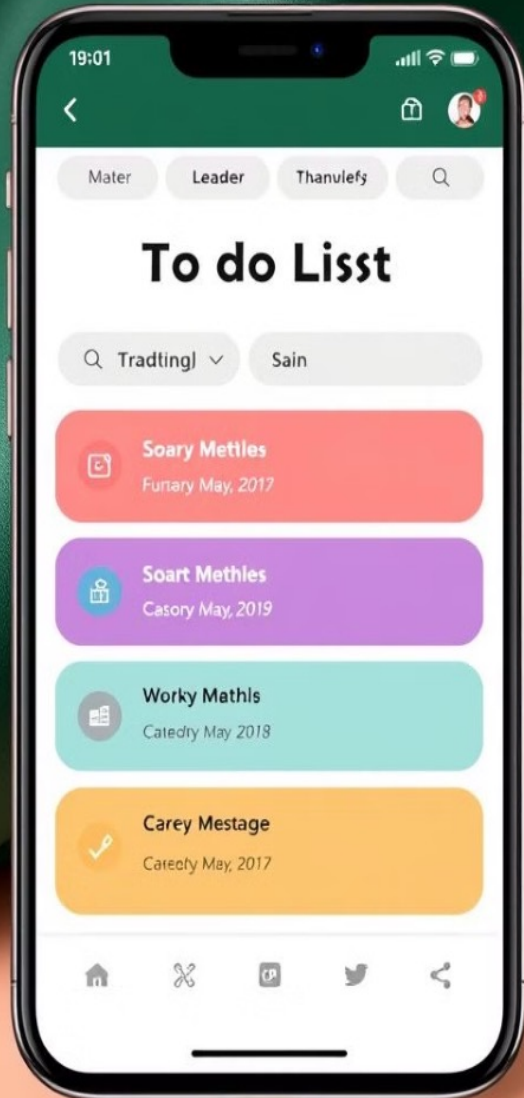


Сфокусируйтесь на 20%

Выберите 20% самых важных задач и посвятите им основное время и усилия.



Инструменты для управления задачами: Удерживаем фокус и не теряем прогресс



Notion

Многофункциональная платформа для заметок, задач, баз данных. Позволяет создавать структурированные списки и отслеживать прогресс.

Trello

Доска для задач, позволяющая визуализировать процесс, создавать списки, назначать сроки и делиться с командой.

Google Calendar

Планировщик задач, который позволяет наглядно видеть занятость и расставлять приоритеты.

Evernote

Приложение для заметок, позволяющее фиксировать идеи, сохранять статьи, создавать списки задач.

Успех — это не только результат, но и процесс!

1

Постановка целей

SMART, ясная, измеримая, достижимая, актуальная, ограниченная во времени.

2

Разбивка на задачи

Деление большой цели на маленькие, управляемые шаги.

3

Фокус на 20%

Выявление ключевых задач, приносящих максимальную отдачу.

4

Контроль и корректировка

Отслеживание прогресса, анализ результатов, внесение изменений в план.

5

Устойчивость и дисциплина

Ежедневное выполнение задач, вера в успех, преодоление трудностей.

Марафон "Построение целей" – 26 января!

На марафоне

- ✓ Детально разберём этапы и инструменты достижения целей.
- ✓ Создадим персональный план, который приведет вас к желаемым результатам.

- ✓ Подробности и запись – пишите «+» в Директ.
- ✓ Сканируйте QR-код, чтобы перейти в мой Instagram.

