

Дайджест №37
Сентябрь 2025

СТРАТЕГИЯ ЛЁГКОГО СТАРТА

КАК ЗАДАТЬ РИТМ СЕНТЯБРЯ
ДЛЯ УСПЕШНОГО ДЕКАБРЯ



ДОБРОСЕРВИС
программа поддержки сотрудников

Сентябрьский ветер шелестит страницами новых планов... и шепчет: «Стоп!».

Прежде чем нырнуть в водоворот, возьмите стратегическую паузу. Это не тормоза — это дозаправка перед рывком к финишу.

В этом дайджесте вы узнаете, как настроиться на новый бизнес-сезон и распределить силы так, чтобы встретить Новый год с удовлетворением, а не в режиме «скорее бы шампанское и уснуть под бой курантов».

Вместо аврального старта — осознанный апгрейд целей и ресурсов.

Готовы провести ревизию багажа, навести резкость на главном и выстроить ритм, который довезёт до декабря без поломок?

ПОЕХАЛИ.



ДИАГНОСТИКА: ЧТО В БАГАЖЕ?

ЛЕТНИЕ АКТИВЫ — ОПОРА ДЛЯ РЫВКА

Представьте: вы не стартуете с нуля, а пересаживаетесь на заправленную машину. Летние достижения и наработки — это топливо в баке и проверенные инструменты в багажнике. Игнорировать их — значит ехать «на пустом месте».

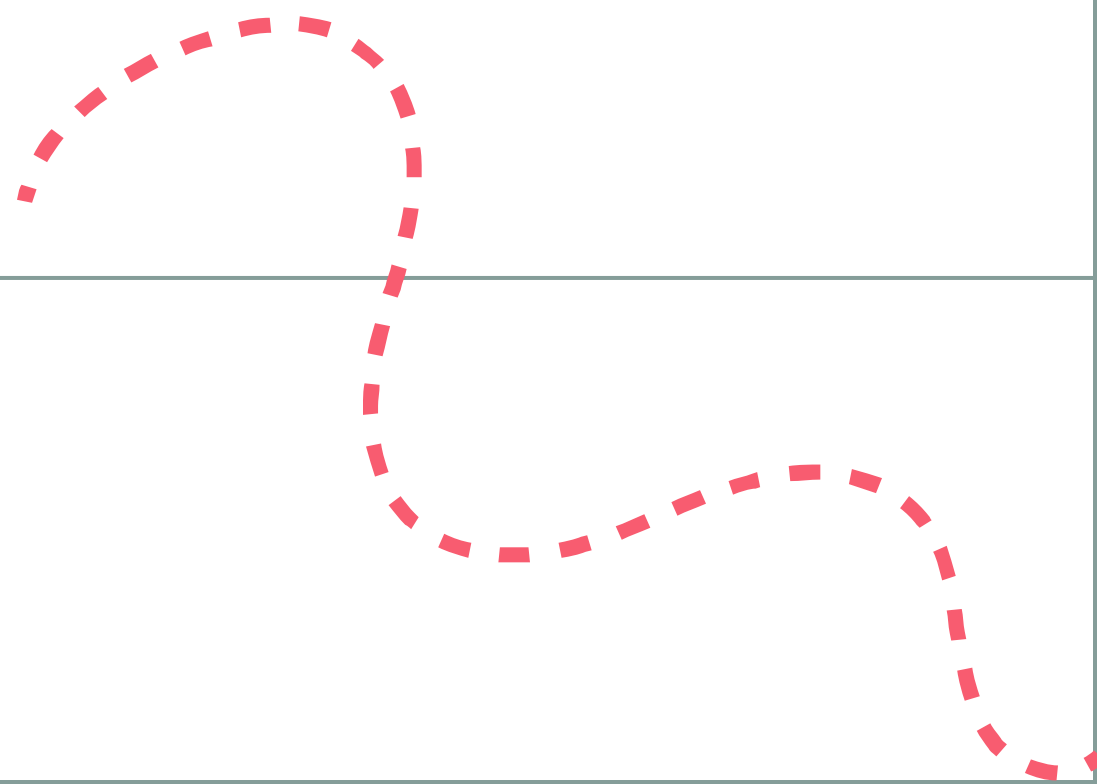
Зачем: осознание достижений даёт опору и уверенность, показывает реальные ресурсы. Это фундамент, на котором строятся амбициозные, но реалистичные цели финала года.

ПРАКТИКА "КАРТА ЛЕТНИХ АКТИВОВ":

Какие 3 конкретных результата за лето (июнь-август) считаете значимыми?

Проект, процесс, показатель

Какие навыки/знания прокачали я/команда?

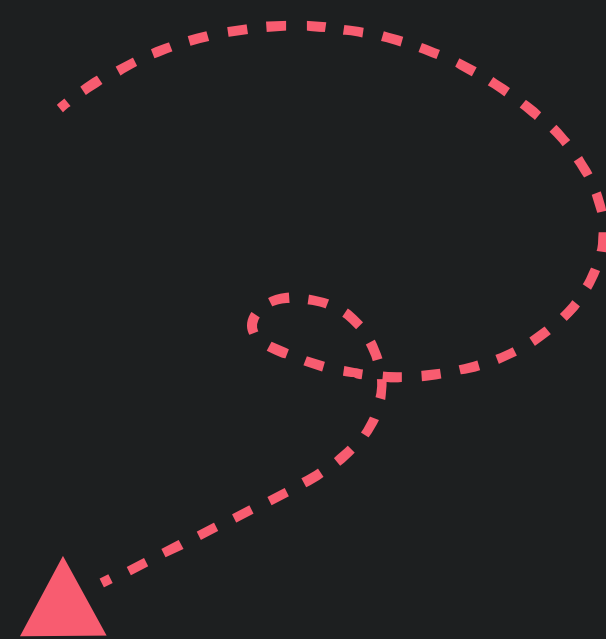


Какие
неочевидные
ресурсы
появились?

*Связи, партнерства,
ПОЗИТИВНЫЕ
изменения
в культуре команды,
свободный бюджет*

Ваш "летний багаж" – не архив,
а стартовый капитал сентября.
Используйте его осознанно.

**ФОКУС: КУДА "ДА"
И ГРОМКОЕ "НЕТ"?**



**РЕДАКТУРА ЦЕЛЕЙ
ПОД ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ БЮДЖЕТ.**

Внимание и энергия —
ограниченный бюджет.
Сентябрь — время жёсткой
редакции планов.

Во что инвестируем для роста
(наше «**ДА**»)?

От чего отказываемся
(решительное «**НЕТ**»), чтобы
не обанкротиться к ноябрю?

Помните: занятость ≠ прогресс.

Зачем: чёткий фокус и смелые отказы высвобождают время, силы и нервы для того, что действительно продвигает к целям года. Это главный антидот против «тактики на нервах».

ПРАКТИКА



«НАВИГАЦИОННЫЕ МАЯЧКИ»

**Ежедневный штурман
(10 минут утром или вечером):**

- Какое одно главное действие продвинет меня/нас к цели?
- Чему я сегодня скажу «НЕТ»?
- Мой уровень энергии (по шкале 1–5) и что его поддержит?

**Еженедельная калибровка
(20–30 минут):**

- Чего достигли за неделю?
Что переносим/срезаем?

- Фокус на неделю:
1–3 приоритета. Какие риски?
- Состояние команды/моё:
где нужен ресурс или перераспределение?
- Какие шаги вернут нас «на курс»?

Пример перефокуса для руководителя

КАК НЕ НАДО:

- участвовать во всех совещаниях отдела, лично править все презентации, отвечать на письма 24/7, забирать задачи сотрудников «чтобы было быстрее».

ПРОБЛЕМА:

- выгорание, микроменеджмент, блокировка роста команды.

КАК НАДО:

- **«ДА»** — стратегическим сессиям, развитию лидеров, принятию ключевых продуктовых/клиентских решений.
- **«НЕТ»** — операционным совещаниям (делегировать),



косметике» в презентациях, проверке почты после 19:00, задачам, которые могут делать другие.

РЕЗУЛЬТАТ:

– время на стратегию, рост доверия, снижение стресса.

ПРАКТИКА "ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ БЮДЖЕТ: 3Х3"

ТРИ «ДА»

Какие три цели, проекта или привычки до конца года получат 80% вашего внимания и энергии?

Они должны напрямую вести к ключевым годовым КРІ или поддержанию ресурса.

Примеры:

- «Внедрение системы делегирования в команде»
- «Регулярные 30-минутные прогулки для восстановления»

ТРИ «НЕТ»

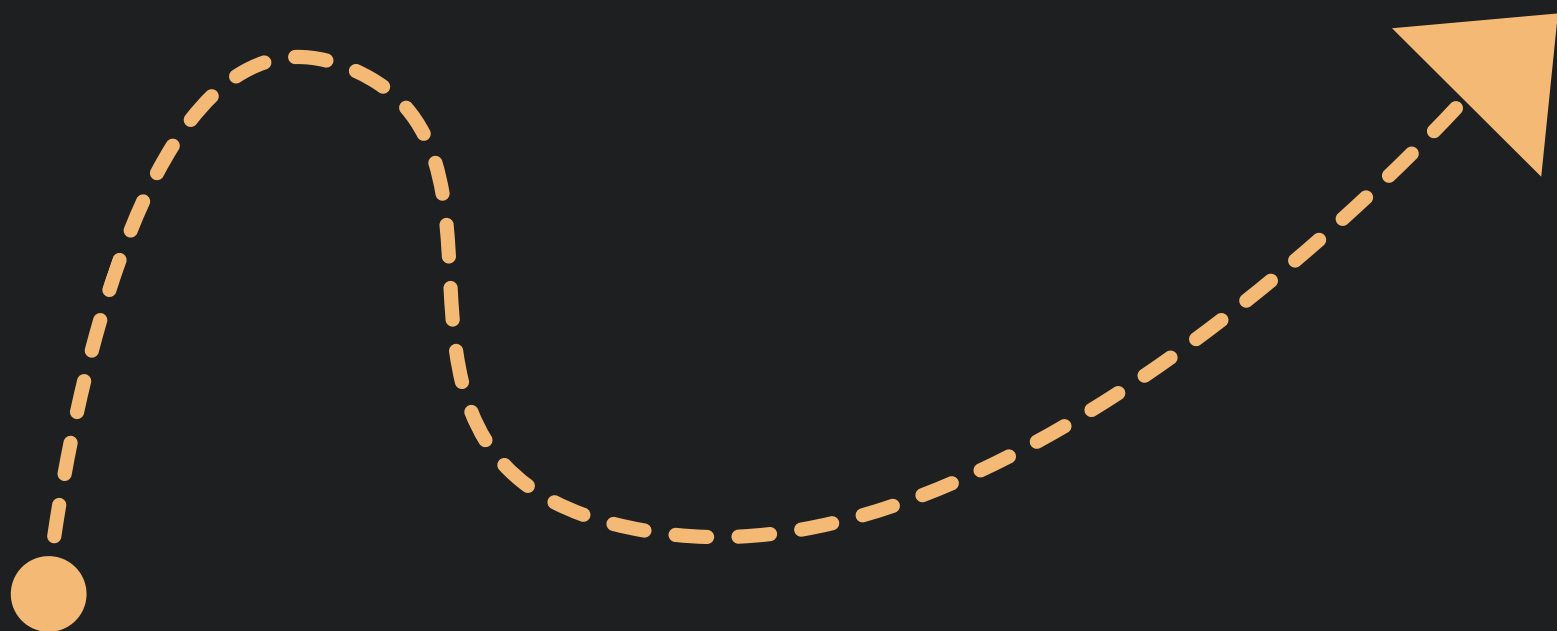
Каким трём активностям, ожиданиям, проектам или привычкам вы говорите твёрдое «Нет» или «Не сейчас»?

Они забирают силы, но не дают значимого результата в этом году. Будьте конкретны.

Пример:

- «Брать новые задачи без оценки загрузки команды»

**ВАШЕ «НЕТ» ЛИШНЕМУ — ЭТО СИЛА,
А НЕ СЛАБОСТЬ.
ОНО СОЗДАЁТ ПРОСТРАНСТВО ДЛЯ
САМОГО ВАЖНОГО «ДА»**



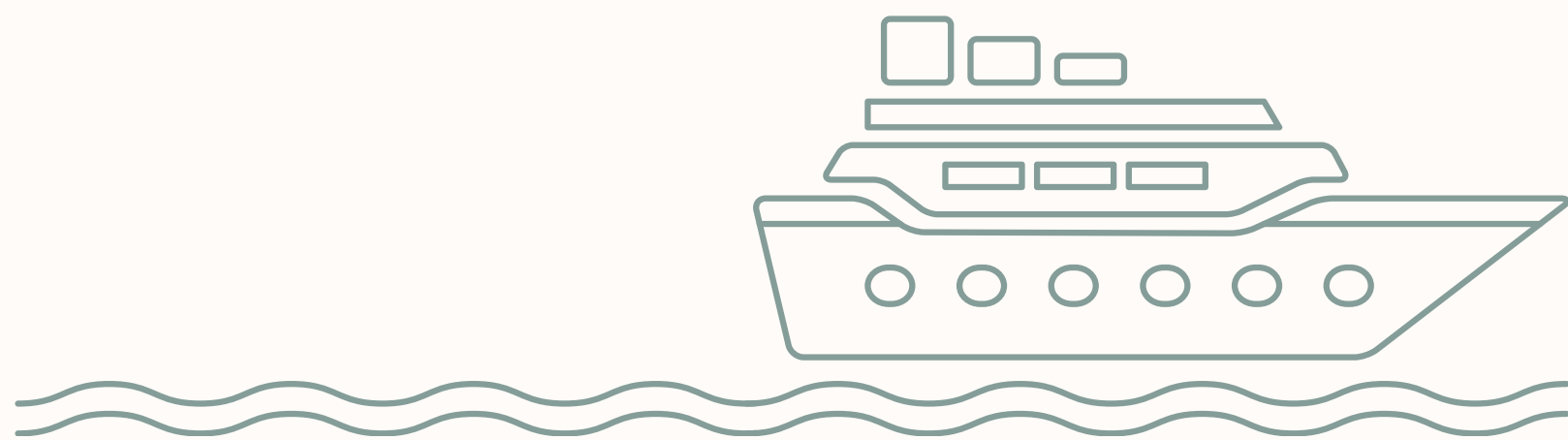
ДВИЖЕНИЕ БЕЗ ВЫГОРАНИЯ

РИТМ, КАК ОПОРА-АНТИХРУПКОСТЬ

Представьте, что вы ведёте корабль через океан.

Регулярная сверка курса (карта, компас, звёзды) и проверка состояния судна и экипажа — гарантия, что вы придёте в порт назначения, а не сядете на мель и не утонете в шторме выгорания.

Стратегия — это не план в столе, а ритм в действии.



Зачем?

Микрокоррекции по пути предотвращают кризисы и авралы, создают предсказуемость, снижают тревогу и позволяют отслеживать состояние.



РИТМ В ДЕЙСТВИИ

10 МИНУТ В ДЕНЬ
— **«ШТУРМАН»**

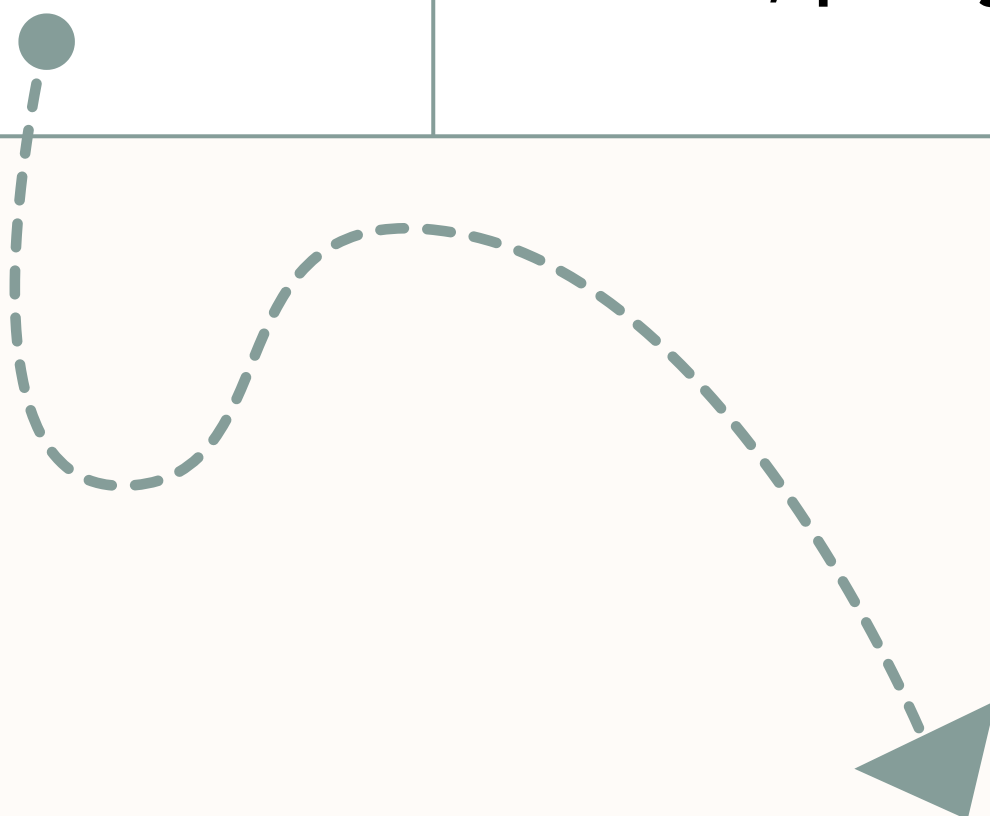
Каждое утро: какое одно действие сегодня продвинет главную цель?
Чему я скажу «нет»?

1 ЧАС В НЕДЕЛЮ
— **«КАЛИБРОВКА КУРСА»**

Пятница, 16:00–17:00: что сделали?
Что важно на следующей неделе?
Кто перегружен?
Где барьер?

1 ДЕНЬ В МЕСЯЦ
— **«РЕМОНТ В ПОРТУ»**

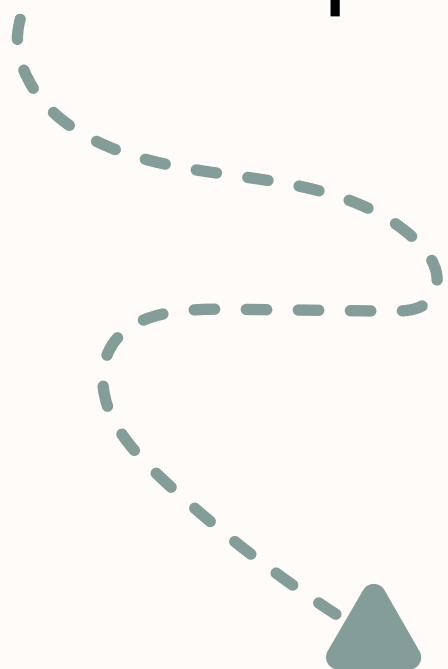
Проверка: идём ли к квартальной цели?
Где системная проблема?
Какая поддержка нужна команде (тренинг, обратная связь, ресурсы)?



КЕЙС: КОМАНДА

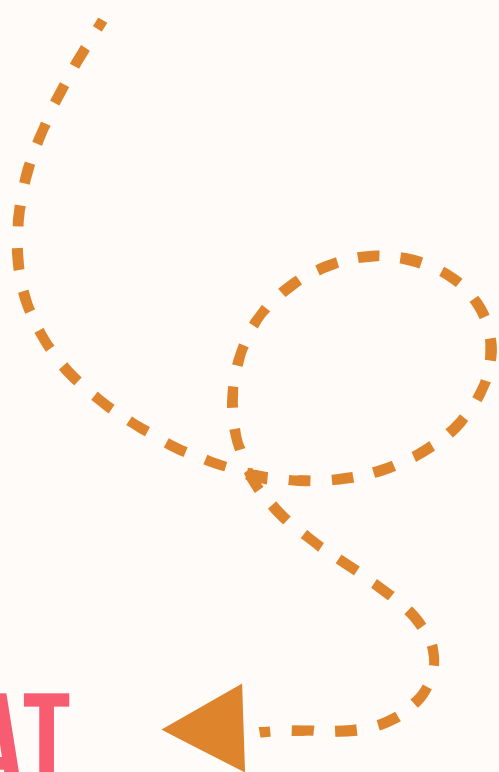
БЫЛО

Работа «пожарными»: авралы к дедлайнам, бесконечные созвоны, ноль времени на рефлексию.



РИТМ

Ввели ежедневные 10 минут, еженедельный час и ежемесячный день на анализ.



РЕЗУЛЬТАТ

Меньше авралов, выше предсказуемость, команда заранее озвучивает перегруз до кризиса.

КЕЙС: АЛЕКСЕЙ, РУКОВОДИТЕЛЬ ДИВИЗИОНА

БЫЛО

Постоянная усталость
и раздражение.

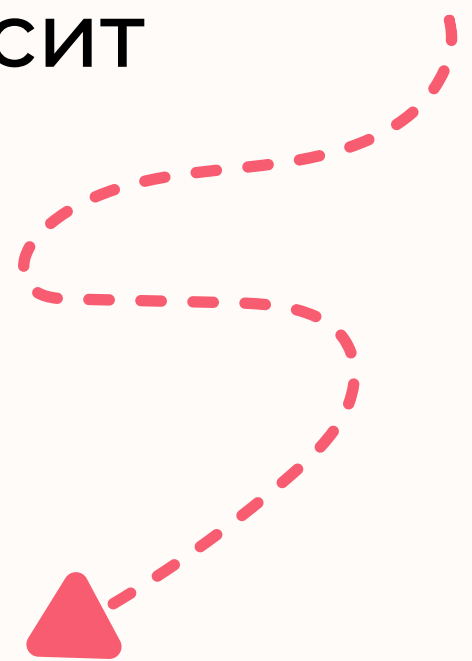
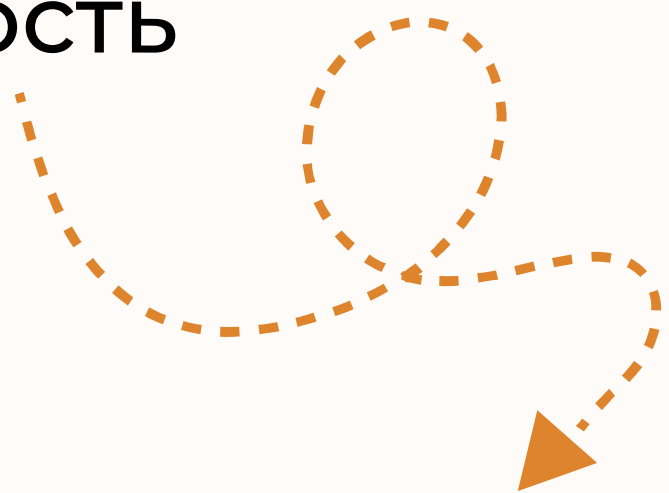
РИТМ

- **10 минут в день:** утром — фокус на одном ключевом действии; вечером — что получилось и за что благодарен (включая маленькие победы).
- **1 час в неделю:** планирование блоков отдыха и восстановления.
- **Анализ «утечек энергии»:** где потерял силы (например, токсичный разговор)?
- **Утренний чек-лист:** «Я выспался? Я не раздражён? Я сфокусирован?».

Если два «нет» — корректирует день (делегирует, переносит сложные переговоры).

РЕЗУЛЬТАТ

Больше ясности мышления, меньше импульсивных решений.



ИТОГ

Антихрупкость рождается не из идеального плана, а из ритмичной сверки курса и бережного отношения к «экипажу» (включая себя).

Маленькие коррекции сегодня предотвращают большие катастрофы завтра.

МИНИ-ШАГИ НА ЭТОЙ НЕДЕЛЕ:

- **Заполните свой «3×3»:** три «Да» и три «Нет».
- **Забронируйте в календаре:** 10 минут каждый будний день, 1 час в пятницу, 1 день в месяц.
- **Определите** один индикатор перегруза для себя и команды и договоритесь, как действовать при его срабатывании.



СИНХРОНИЗАЦИЯ: ЯСНОСТЬ = СКОРОСТЬ.

КОГДА КОМАНДА ВИДИТ МАЯКИ

Представьте оркестр, где музыканты видят не только свои ноты, но и партитуру всей симфонии, чувствуют дирижёра и слышат соседей.

Ясность курса — это и есть партитура и дирижёр. Без неё — какофония, лишние конфликты и медленный темп.

Когда команда понимает «Куда?» и «Зачем?» и видит свою роль, исчезает стресс от неопределённости, энергия перестаёт утекать на догадки и направляется в результат.

Это прямое вложение в ментальное благополучие и скорость.



ПРИЗНАКИ ЯСНОСТИ

(ЖИВЫЕ ИНДИКАТОРЫ ЗДОРОВЬЯ КОМАНДЫ)

**«КУДА
И ЗАЧЕМ?»**

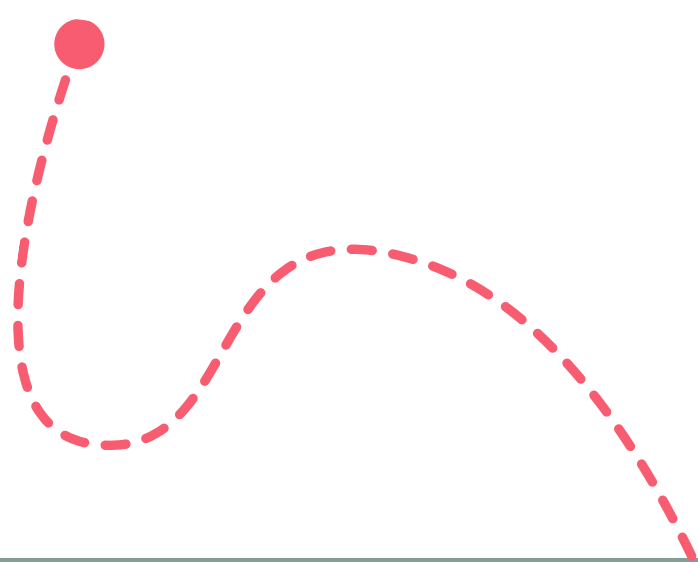
Любой сотрудник простыми словами объясняет главную цель на квартал и почему она важна (без туманного «нарастить показатели»).

«ЧТО МОЁ?»

Понятные зоны ответственности и границы.
Минимум вопросов «Кто это делает?» и дублирования усилий.

«КАК ИДЁМ?»

Видимые всем и простые способы видеть прогресс (дашборды, канбан, чек-листы этапов), а не только громоздкие месячные отчёты.



**«ГОВОРИМ
О ПРОБЛЕМАХ»**

На регулярных встречах блокеры поднимают без страха — это поиск решений, а не «жалобы».

**«МЕНЯЕМСЯ
СОГЛАСОВАННО»**

Есть быстрый механизм синхронизации при изменениях целей/приоритетов.



ПРАКТИКА «ЧЕК-ЛИСТ ЯСНОСТИ»

СКОРОТКО, ПО КОМАНДЕ/ОТДЕЛУ

Шкала 1–10; если <7 — что делаем за неделю, чтобы поднять?

<p>Насколько просто донесена ключевая цель на сентябрь – декабрь?</p>										
<p>Знает ли каждый, как его 1–3 задачи связаны с этой целью? (Попросите привести пример.)</p>										
<p>Есть ли прозрачные точки контроля прогресса? (Что именно смотрим, где это видно, как часто обновляется?)</p>										
<p>Как работает механизм быстрой синхронизации при изменениях? (Кто, через что, в какие сроки оповещает и принимает решения?)</p>										

ЯСНОСТЬ — ЭТО ТОПЛИВО.

Когда команда видит маяки и понимает свою роль в путешествии, скорость растёт, а стресс тает.

Инвестиции в синхронизацию — вклад и в результат, и в здоровую атмосферу

Сентябрь — ваш шанс не просто "включиться", а стартовать осознанно и мощно.

ВАШ ПЕРВЫЙ ШАГ СЕГОДНЯ (10 МИНУТ):

1. Что из летних достижений станет моей опорой в сентябре?
2. Какому ОДНОМУ главному «Да» я посвящу ближайшую неделю?
3. Какому ОДНОМУ громкому «Нет» я скажу прямо сейчас?

Ваше спокойствие и фокус — самый ценный актив нового сезона.

Вперёд к целям, бережно к себе и команде.

