

# DAM CI **BIZNE** **SO** **WEGO** **KOPA**

JAK WSTAĆ **LEWA** NOGĄ I UŁOŻYĆ STRATEGIĘ DO DZIAŁANIA?



AGNIESZKA  
JAKUBCZYK



ISBN 978-83-969769-2-5



9 788396 976925

**STRATEGIA** **MOTYWACJA** **SOCIAL MEDIA**



# INFORMACJE

Znajdź mnie!



[www.agnieszkajakubczyk.pl](http://www.agnieszkajakubczyk.pl)

[www.beautyserwis.eu](http://www.beautyserwis.eu)

[www.beautybiznes.eu](http://www.beautybiznes.eu)



aga\_socialanimal

beauty\_serwis

Praca nad ebookiem

Wydawnictwo: Beauty & Biznes Agnieszka Jakubczyk

Skład: Agnieszka Jakubczyk

Korekta i redakcja: Dorota Honek- Sac

Zdjęcia: Dorota Gołębiowska,

[www.studiogołębiewscy.pl](http://www.studiogołębiewscy.pl)

QR kod



ISBN

ISBN 978-83-969769-2-5



9 788396 976925



## SPIS TREŚCI

Wstęp: Ach żeby mi się chciało tak jak mi się nie chce!

1. Co to jest motywacja i z czym to się je?
  2. Znajdź przyczynę i wzmocnij chęć.
  3. Od czego zacząć budować swój plan – burza mózgów i pomysłów.
  4. Buduję strategię – na co zwrócić uwagę w tym biznesowym szaleństwie?
  5. Rozpisanie strategii marketingowej skupia się na badaniu rynku.
  6. Harmonogram i planowanie czasu
  7. Pomysł na ideę? Dobra organizacja kontra motywacja.
  8. Strategia w reklamie bo strategia to nie taka zupka chińska.
  9. Jak zrobić dobrą markę i pozostać sobą?
  10. Jak ugryźć social media w przystępny sposób?
  11. Budowanie contentu czyli zabawa dla kreatywnych.
  12. Szukam moich zasięgów: case study światowych marek.
  13. Buduję społeczność bo sama się nie zbuduje!
  14. Będą gorsze chwile- przygotuj się!
  15. Po co to robię? Napiszmy wspólnie Twój dziennik motywacji.
  16. Działam ale nie idę do przodu.
  17. Chcę się sprzedać!
  18. Jak testować czy strategia działa?
  19. Analiza możliwości zarabiania milionów.
  20. Innowacyjność & intuicja.
  21. Pracuj nad głową: słaby mental, słaba firma.
  22. AI to moja przyjaciółka.
  23. Czemu polskie kobiety mają przerąbane w biznesie?
  24. Jak napisać ebooka w 3 dni?
- Zakończenie: CZY TEN KOP był wystarczający?



DEDYKACJA

Zamiast  
OSZALAŁAŚ  
MÓWIŁAŚ  
do dzieła!

Tego ebooka dedykuję Iwonie Ignaczak, której już z nami nie ma. Nigdy nie mówiłaś, że kolejny szalony projekt, że wzięłam za dużo, czemu ciągle wymyślasz nowe?

Słyszałam tylko "brawo", "realizuj", "czy akurat to sprawia Ci radość"?

Pełna pasji i uśmiechu, chciałaś pierwsza przeczytać. Iwona, BYŁAŚ TURBO MOTYWACJA i diamentem na tej planecie.

Gdzieś tam z góry czytasz sobie DAM CI KOPA, uśmiechasz się i wiesz, że mnie zainspirowałaś do jego napisania. Każdemu życzę choćby chwili z taką Przyjaciółką.





WSTĘP

# ACH ŻEBY MI SIĘ CHCIAŁO TAK JAK MI SIĘ NIE CHCE!

*Agnieszka Jakubczyk*



Motywacja jest niezwykle ważnym elementem, który napędza nas do osiągania celów i realizacji marzeń. W tej książce skupimy się na zrozumieniu, czym jest motywacja, dlaczego niektóre kobiety mogą odczuwać trudności w jej znalezieniu, zwłaszcza w kontekście zakładania własnego biznesu. Będziemy także analizować, dlaczego czasami doświadczamy lenistwa lub braku ambicji.

**KOBIETO BIZNESU!**

**MĘŻCZYZNO BIZNESU!**

Ale głównie kobieto, ponieważ mam wrażenie, że moi odbiorcy to jednak kobiety, które teraz coś próbują zbudować albo już budują, czasami się zatrzymują, nie mają pomysłu, brakuje motywacji, punktu zaczepienia do działania. I właśnie dla przeskoczenia tej bariery jest ten e-book!

Tutaj nie miało być wyłącznie twardej wiedzy sprzedażowej i reklamowej. Chciałam tutaj połączyć wiedzę, zadania, rady i podpowiedzi, wyznania, cytaty innych kobiet biznesu. Jesteśmy różni, ale jako ludzie biznesu mamy podobny schemat działania.

Jesteśmy takie, jak ty. Kiedy zaczynałyśmy, też mierzyłyśmy się z ogromną liczbą zadań, też czasem się poddawałyśmy, czasem nie miałyśmy motywacji, bo ona gdzieś znikła w natłoku obowiązków, po prostu pędzie. Albo niecierpliwie dążyłyśmy do pewnych celów, których może na tym etapie nie miałyśmy osiągnąć, bo wszechświat zaplanował dla nas zupełnie co innego. Tak że ja, Agnieszka Jakubczyk, razem z moją damską ekipą bardzo chętnie dam Ci kopa...

**Dam Ci takiego biznesowego kopa, żebyś wreszcie przestała nadmiernie myśleć. Znajdę odpowiedni czas, poczekam, przygotuję się zaplanuję..., bo to nigdy tak nie wygląda. Czasem mamy pewien pomysł, myśl ideę biznesową i po prostu czekamy.**

Czekamy na moment, a potem coś tracimy. Widzę też na swoim przykładzie, że wiele okazji i pomysłów przepuściłam, a był to świetny moment, żeby zacząć je realizować, bo pomysły były innowacyjne i niepowtarzalne. Wiem też, że czasami puszczamy wolno niektóre z pomysłów, kiedy jest na nie popyt albo coś nowego zaczyna się dziać na rynku. Wtedy czujemy, że może właśnie to jest ten moment, że jest to coś nowego dla nas. Ale na tym etapie mamy inne zajęcia, priorytety, projekty i puszczamy nowe idee. Później okazuje się, że ten pomysł został podłapany przez inną osobę. I to właśnie ona na tym najwięcej zyska, a Ty będziesz siedzieć kolejne lata i zastanawiać się, czemu nie potrafiłaś wstać i zacząć czegoś robić. Podpowiem Wam też, że ważne jest, żeby zbierać kontakty biznesowe.

Jeżeli masz trenera od strategii, trenera reklamy, coacha, trenera biznesowego czy po prostu kontaktujesz się ze mną, to możesz pozyskać cenne kontakty. Z jakimi wyzwaniem mierzysz się, gdy zaczynasz? Potrzebujesz wymyślić nazwę, zrobić logo? Zastanawiasz się nad reklamą, nad rozłożeniem budżetu, nad ciekawym pomysłem, nad ideą marki, nad sprawami organizacyjnymi, harmonogramem i całym biznesplanem?

Wystarczy, że rozpiszesz, przygotujesz, przeanalizujesz i po prostu zaczniesz wdrażać konkretne czynności w odpowiednim terminie. Ot cała tajemnica rozpoczęcia sukcesu.

Miej na uwadze odpowiedni budżet, bądź przygotowana na wydatki albo mierz się z biznesami, które praktycznie wymagają zerowych nakładów.





Na przykład budując swoją agencję social media, przez pierwszy – myślę – rok nie wydałam ani złotówki na reklamy, bo wszystkich klientów pozyskiwałam na grupach.

Zainwestowałam w nauczanie się, zainwestowałam w stronę internetową, bo po prostu nauczyłam się, jak robić strony internetowe i robiłam je również dla klientów. Poświęciłam przede wszystkim swój czas wolny i przeznaczyłam go na naukę. Musisz wiedzieć, że strona internetowa, pokazanie się w sieci, wizerunek, odpowiednie zaprezentowanie swoich usług, sesje zdjęciowe produktowe są ważne, bo „jak cię widzą, tak cię piszą”.

I musisz tylko wiedzieć, w co i gdzie ulokować pieniądze na rozwój swojego biznesu, żeby zaczął na ciebie zarabiać.

Kim jestem i czemu właściwie masz mi zaufać?

Chcesz mnie poznać?

Witaj, mam na imię Agnieszka!

Jestem pierwszym na świecie Trenerem Reklamy Mentalnej oraz założycielką nurtu Reklamy Mentalnej. Został on zastrzeżony, więc tylko u mnie odkryjesz kurs, który pokaże Ci, jak zarabiać na swojej marce, jednocześnie nie męcząc się na social media. Co chcesz o mnie wiedzieć? Odkąd wybrałam się „na swoje”, to mój ulubiony cytat:

**„Kreatywność wymaga odwagi” – Henri Matisse**

Prowadziłam agencję reklamy o nazwie Social Animal Marketing. Jestem współzałożycielką Beauty Serwis – portal, agencja reklamy i PR, social media i szkolenia dla branży beauty/zdrowie.

Obecnie rozwijam wydawnictwo biznesowe i wydaję z marką Beauty Serwis kolejną książkę. W zeszłym roku ukazała się książka 50 Kobiet Biznesu 2023, w tym roku kolejna edycja – 50 Kobiet Biznesu 2024. Startuję właśnie z magazynem dla branży urody – Beauty & Biznes (marka Beauty & Biznes). Dla osób z branży nagrywam videocasty i podcasty, startuję też z własnym programem w telewizji śniadaniowej dla branży beauty & uroda & zdrowie (TV REGIO).

Obecnie rozwijam też swoją markę osobistą Agnieszka Jakubczyk Trener Reklamy Mentalnej. Od 19 lat zajmuję się reklamą. Robię to, co kocham, czyli buduję strategie marketingowe i pomagam w każdym aspekcie rozwijać marki w sieci i poza nią.

Obecnie rozwijam dwie marki: Beauty Serwis i Beauty & Biznes. Zrzeszam kobiety działające w biznesie.

W przeszłości projektowałam reklamy radiowe, outdoorowe, digitalowe, aby teraz w sieci czuć się jak ryba w wodzie! W Beauty Serwis wyżywam się kreatywnie (tworzę butikową agencję reklamy i PR). Byłam nominowana do tytułu Skuteczna Kobieta Roku 2023 w kategorii media oraz Człowiek Roku 2023

Współpracowałam z największymi domami mediowymi na świecie i projektowałam reklamy dla największych korporacyjnych graczy. Nauczyło mnie to, że nie wielkość firm ma znaczenie, lecz podejście do drugiego człowieka i gra fair. Jestem absolwentką UW – Marketing Międzynarodowy.





Bernice Johnson Reagon

---

“ Ż Y C I O W E   W Y Z W A N I A   N I E   M A J Ą  
C I Ę   S P A R A L I Ż O W A Ć ,   M A J Ą  
P O M Ó C   C I   O D K R Y Ć ,   K I M

J E S T E Ś ”





ROZDZIAŁ 1

CO TO JEST  
MOTYWACJA  
I Z CZYM TO  
SIĘ JE

*Agnieszka Jakubczyk*



## ROZDZIAŁ 1: CO TO JEST MOTYWACJA I Z CZYM TO SIĘ JE

A teraz trochę wiedzy o samej motywacji, by lepiej ją zrozumieć. Motywacja to wielowymiarowe zjawisko psychologiczne obejmujące różnorodne procesy mentalne, emocjonalne i behawioralne. Jest to siła, która napędza nas do działania, dążenia do określonych celów oraz pokonywania przeszkód. Motywacja jest motorem naszych działań, nadając sens i cel naszemu życiu. Skąd ją czerpać? Możemy zrobić prosty podział.

Motywacja zewnętrzna pochodzi z czynników zewnętrznych, takich jak nagrody, kary, czy akceptacja społeczna. Natomiast motywacja wewnętrzna wynika z wewnętrznych przekonań, wartości i pasji. Badania wskazują, że motywacja wewnętrzna jest bardziej trwała i satysfakcjonująca niż zewnętrzna.

Motywacja stanowi kluczową rolę w kształtowaniu naszych wyborów, podejmowaniu decyzji oraz utrzymywaniu naszych działań na ścieżce do osiągnięcia celów. Wpływa również na nasze samopoczucie, poziom energii i zdolność radzenia sobie ze stresem. Zrozumienie motywacji stwarza możliwość świadomego jej wykorzystywania dla osiągnięcia sukcesu.

RADA 1: Jeśli nie jesteś osobą, która potrafi organizować sobie czas na stanowisku, pomyśl o znalezieniu odpowiednich narzędzi organizacyjnych (dobra organizacja = lepsza motywacja) albo o pomocy specjalisty – trenera biznesu/reklamy, coacha, mentora.

RADA 2: Rozpisz sobie cel główny na dany rok biznesowy (w konkretnym przedsięwzięciu) i 10 celów pośrednich do zrealizowania (realnych!). Przypominaj sobie o nich przynajmniej 1 raz w miesiącu.

Jasny cel pomoże Ci w realizacji. Nierealny cel (chcę być milionerem już w tym roku) szybko Cię zniechęci.

Afirmuj, ale z wiarą w sukces. Puste słowa o dobrostan nic Ci nie przyniosą, jeśli nie wyjdiesz z pozycji serca!

Dlaczego przedsiębiorczość jest ważna?

Przedsiębiorczość to nie tylko sposób na zarabianie pieniędzy, ale również sposób na tworzenie nowych rozwiązań, wprowadzanie innowacji i rozwijanie społeczeństwa. Kobiety, angażując się w przedsiębiorczość, nie tylko budują swoje własne ścieżki kariery, ale także przyczyniają się do rozwoju gospodarki.

Otoczenie ma spory wpływ na naszą motywację! Jeśli jesteśmy otoczeni pozytywnymi ludźmi, inspirującymi miejscami i sprzyjającymi warunkami, łatwiej nam utrzymać motywację. Na przykład pracując w przyjaznym biurze z zespołem wspierającym się nawzajem, możemy czuć większą motywację do realizacji celów. Z kolei chaotyczne lub negatywne otoczenie może hamować naszą chęć do działania. Stworzenie odpowiedniego środowiska, które wspiera nasze cele i pozytywne podejście, może zdecydowanie poprawić naszą motywację i efektywność.

”

„Jeśli coś Ci się nie podoba,  
zmień to. Jeśli nie możesz  
tego zmienić, zmień swoje  
nastawienie”

– Maya Angelou, pisarka





Motywacji do założenia swojego biznesu może być naprawdę wiele. Może być to pasja i zainteresowania, czyli tworzymy biznes związany z tym, co kochamy i co jest naszą ogromną pasją.

W tym momencie motywacja jest na bardzo wysokim poziomie, gdy pracujemy na czymś, co sprawia nam radość, co już znamy od środka, znamy szereg możliwości danego biznesu – łatwiej wtedy utrzymać wysoki poziom zaangażowania.

Kolejna sprawa to niezależność. Dla wielu ludzi idea własnego biznesu to niezależność finansowa, niezależność decyzyjna. Możliwość kontrolowania własnego losu, podejmowanie decyzji i ta władza, którą zaczynamy mieć, może być silną motywacją. Ważną sprawą jest chęć rozwoju, czyli dążenie do ciągłego doskonalenia. Kiedy czujemy, że nie robimy postępów w naszym miejscu zatrudnienia, nie możemy zdobywać nowych umiejętności, to właśnie własna firma może być platformą, pewną odskocznią i możliwością realizacji swoich nowych pomysłów, a tym samym zdobywania doświadczeń.

Jeżeli mamy pewne ambicje finansowe, których do tej pory nie zrealizowaliśmy, to też obserwując inne biznesy, zaczynamy się napędzać i dążyć do osiągnięcia sukcesu finansowego, budowania majątku. To jest bardzo częsta motywacja do założenia własnej firmy.

Z tym, że jeżeli przy własnej firmie trzymają nas tylko ambicje finansowe, bo praca zaczyna nas nudzić, to prosta droga do klęski. Jeżeli robimy coś bez przekonania na 100%, bez pewności, na pół gwizdka, to same ambicje finansowe bez pasji i zainteresowania tym biznesem mogą być zgubne.

Motywacja jest kluczowym elementem dla przedsiębiorców, zwłaszcza dla kobiet, które często muszą pokonywać dodatkowe bariery. Posiadanie silnej motywacji pomaga przekraczać trudności, utrzymuje determinację w obliczu przeciwności i stymuluje do podejmowania ryzyka.

Kobiety często borykają się z różnymi wyzwaniami, takimi jak stereotypy płciowe, niewłaściwe oczekiwania społeczne czy brak dostępu do finansowania. Zrozumienie tych przeszkód pozwala na skuteczniejsze ich pokonywanie i budowanie bardziej równoprawnej przyszłości w przedsiębiorczości.

Spółeczne normy i oczekiwania często narzucają kobietom pewne role społeczne, co może wpływać na ich poczucie własnej wartości i motywację. Wzmacnianie kobiet i przeciwdziałanie stereotypom płciowym to kluczowe aspekty wspierające rozwój motywacji wśród kobiet.

Pewność siebie jest kluczowym elementem wpływającym na naszą zdolność do podejmowania działań i osiągania celów. Dla kobiet budowanie wiary w siebie jest często procesem, który wymaga świadomego wysiłku, ale jednocześnie jest istotną siłą napędową do pracy nad sobą.

**Więc, Kobieto, dobrze, jeśli chce się CHCIEĆ!**

## ZADANIA:

Jak ocenisz swoją motywację?

Czemu stoisz w miejscu z biznesem?

Napisz, jaki czynnik podniósłby Twoją motywację.





MOTYWACJA NA WYCIĄgniĘCIE RĘKI

---

„KIEDY PRZEZWYCIĘŻYSZ  
UCZUCIE STRACHU I  
ZAGROŻENIA, MOGĄ ZDARZYĆ  
SIĘ NAPRAWDĘ NIESAMOWITE  
RZECZY”.

- MARISSA MAYER,  
BIZNESWOMAN I INWESTORKA



NIE MA  
ŻLIWE?  
NIE MA

---

2 0 2 4





ROZDZIAŁ II

# ZNAJDŹ PRZYCZYNĘ I WZMOCNIJ CHĘĆ!

*Agnieszka Jakubczyk*



**RADA 1 Znajdź przyczynę, a znajdziesz motywację.**

**RADA 2. Zamień „To nie ten moment” na „im szybciej zaczniesz, tym szybciej osiągniesz cel”.**

Czemu Ci się nie chce? W tym rozdziale porozmawiamy tak naprawdę o tym, czemu brakuje nam motywacji, czemu tak trudno nam zacząć albo czemu w pewnym momencie naszej pracy czy budowania biznesu po prostu się zacinamy i nie wiemy, co robić dalej.

Przede wszystkim nie chce nam się może właśnie dlatego, że nie widzimy jasnych korzyści i nie widzimy szybkich efektów tego, co zamierzamy. Czasami właśnie rozwój, budowanie biznesu, zarabianie pieniędzy, motywowanie, pójście do przodu, rozwinięcie jakiegoś biznesu albo podjęcie go w ogóle wiąże się z ogromnym ryzykiem, ryzykiem finansowym, ryzykiem takim, że nam to zajmie dużo czasu. Nie wiemy, jak szybko przyjdą efekty, nie wiemy, jak szybko przyjdzie zwrot. I właściwie te wszystkie czynniki, które mamy już w głowie, powodują, że nam się po prostu nie chce zacząć, bo wiemy, jak ogromna i długa droga nas przede wszystkim czeka.

Co powoduje lenistwo i brak ambicji?

Lenistwo i brak ambicji to często wynik różnych czynników, takich jak brak zrozumienia celów życiowych, przewlekły stres, czy brak wsparcia. Analiza tych przyczyn pozwala na skuteczną identyfikację obszarów do poprawy oraz opracowanie planu działania w kierunku budowania ambicji i motywacji.

Zmiana myślenia jest kluczowym elementem w walce z lenistwem. Techniki takie jak pozytywne myślenie, świadomość własnych przekonań oraz praca nad mentalnością wzrostu mogą skutecznie wspierać proces przełamывania lenistwa.

**POMYŚL: Z czego wynika u Ciebie niechęć do działania? Wymień przynajmniej 3 podpunkty!**

**WAŻNE**

**RADA 1: Tworzenie realistycznych celów i planów działania**

**Określenie konkretnych, mierzalnych celów oraz opracowanie planów działania pozwala na skierowanie energii i wysiłku w konkretnym kierunku. Realistyczne cele są kluczowe, aby unikać poczucia porażki i zachęcać do kontynuowania wysiłków.**

**RADA2: WZMACNIAJ MOTYWACJĘ, czyli skuteczne techniki motywacyjne**

**Przegląd różnych technik motywacyjnych, takich jak techniki wizualizacyjne, afirmacje czy dziennikarstwo celów. Zrozumienie, jakie metody najlepiej pasują do konkretnej osoby, może znacząco zwiększyć skuteczność motywacji.**

Systematyczne planowanie i organizacja są kluczowe dla utrzymania motywacji na dłuższą metę. Wypracowanie skutecznych systemów zarządzania czasem oraz planowania działań może znacząco poprawić efektywność działań.

RADA3: Wprowadzanie zmian stopniowo i cele etapowe

Zbyt duże cele mogą przytłoczyć, dlatego ważne jest wprowadzanie zmian stopniowo. Cele etapowe stanowią kroki na drodze do osiągnięcia większych celów, co pozwala utrzymać motywację na stałym poziomie. Badania wskazują, że otoczenie ma znaczny wpływ na naszą motywację. Analiza, jakie czynniki w otoczeniu mogą wspierać albo hamować motywację, pozwala na skuteczne dostosowanie środowiska do własnych potrzeb.

Znaczenie wsparcia rodziny, przyjaciół i mentorów

Wsparcie bliskich oraz mentorów odgrywa kluczową rolę w utrzymaniu motywacji. Przyjrzenie się roli relacji społecznych w budowaniu motywacji pozwala zidentyfikować obszary, w których warto szukać wsparcia.