

Если пропустил и стыдно возвращаться

Средний ученик пропускает три дня. Это заложено в конструкцию курса.

Шесть шагов, чтобы вернуться сегодня, а не «с понедельника».

шаг 1

Не догоняй

Пропущенные дни не снимаются задним числом. Попытка догнать — главная причина, по которой люди бросают окончательно.

шаг 2

Открой сегодняшний бриф

Не вчерашний и не тот, который казался интересным. Сегодняшний.

шаг 3

Возьми историю из «Ремесла»

Самая лёгкая катушка на возвращение: она не требует уязвимости, только конкретики.

шаг 4

Сними в низкой интенсивности

Сидя, длинными планами, четыре склейки. Не пытайся сделать лучший дубль потока.

шаг 5

Опубликуй, не пересматривая утром

Ночная пауза «посмотрю свежим взглядом» — это отложенный отказ.

Напиши в комьюнити, что вернулся

Публичное возвращение стоит дороже, чем тихое. Ты больше не один на один с решением.