

Karol Gnat

DARMOWY PORADNIK

ARCHITEKT WIZERUNKU · MARKA OSOBISTA

5 rzeczy, które musisz zrobić, by *zbudować swoją markę*

Świadomość. Autentyczność. Odwaga do marzeń.

Karol Gnat

DZIENNIKARZ · PREZENTER · ARCHITEKT WIZERUNKU

Nie buduję marek. Buduję ludzi, którzy stają się marką.

List do Ciebie

Dwadzieścia lat mówię do ludzi — z anteny, ze sceny, zza kamery. I jedno wiem na pewno: zanim powiesz pierwsze słowo, już Cię ocenili. Twoja marka pracuje, zanim otworzysz usta. Pytanie nie brzmi, czy jesteś marką. Pytanie brzmi: **jaką**.

Ten poradnik nie jest o logo, feedzie ani sztuczkach na zasięg. Jest o pięciu rzeczach, które musisz zrobić **w sobie**, zanim świat zacznie Cię słuchać. Bo ja nie buduję marek. Buduję ludzi, którzy stają się marką — poukładanych, świadomych, konsekwentnych. Reszta to tylko opakowanie.

Przy każdej rzeczy znajdziesz konkret do zrobienia od razu i pytanie, które warto zadać sobie w ciszy. A na końcu — zaproszenie, bo piątej rzeczy nie zrobisz w pojedynkę.

„Marka to obietnica, którą inni powtarzają, gdy ciebie nie ma w pokoju.”

Karol

KAROL GNAT · KAROLGNAT.PL

PIĘĆ RZECZY W ŚRODKU

01 Obudź odwagę do marzeń

02 Stań w świadomości siebie

03 Przestań grać rolę

04 Postaw granice

05 Wyznacz cel — i nie idź sam

A na koniec: **karta pracy „7 dni marki”** i zaproszenie na żywo.

Zanim zaczniesz budować — zrozum, co budujesz

Marka to przede wszystkim *świadomość, autentyczność i odwaga do marzeń*. Bez tego nie ma marki.

Nie ma jej też bez wizji — bez odważnych pragnień serca, które oczami wyobraźni umieszczają nas w przyszłości, w kontekstach, których jeszcze nie ma. Marka to empatia i asertywność. Umiejętność stawiania granic to potężna kompetencja — pozwala być bliżej siebie i świadomie stawiać kroki.

GŁĘBOKIE CHODZENIE W ŚWIADOMOŚCI MARKI

Marka to świadomość: czego **pragnę** — i czego nie pragnę.

Czego **chcę** — i czego nie chcę.

Co **mogę** — i czego na pewno nie mogę.

Marka to *cel, do którego chcesz dojść*. To świadomość siebie w miejscu i czasie.

Dlatego pięć rzeczy, które znajdziesz dalej, nie zaczyna się od Instagrama. Zaczyna się od Ciebie: od marzeń, świadomości, prawdy, granic i kierunku. Kanały są na końcu — i wtedy dopiero działają. Najpierw człowiek — potem marka.

„Firma ma logo. Ty masz coś mocniejszego — twarz, głos i słowo.”

01

RZECZ PIERWSZA

Obudź odwagę do marzeń

Nie ma marki bez wizji — bez odważnych pragnień serca, które oczami wyobraźni umieszczają nas w przyszłości, w kontekstach, których jeszcze nie ma.

Zasada: marka nie zaczyna się od logo ani od kanałów. Zaczyna się od odwagi, by zapragnąć. Wizja to miejsce, do którego marka ma Cię zaprowadzić — bez niej budujesz opakowanie bez zawartości.

Świat każe Ci „być realistą”. Ale realizm bez marzeń robi z Ciebie kopię otoczenia — a kopia zawsze będzie druga. Ludzie idą za tymi, którzy widzą coś, czego jeszcze nie ma, i mają odwagę to nazwać.

ZRÓB DZIŚ

Napisz jedną scenę z przyszłości — za trzy lata. Gdzie stoisz, kto Cię słucha, co mówią o Tobie, gdy wychodzisz. Konkretny obraz, nie „chcę być rozpoznawalny”.

Czego naprawdę pragnie moje serce — i czy mam odwagę to nazwać?

02

RZECZ DRUGA

Stań w świadomości siebie

Marka to świadomość: czego pragnę — i czego nie pragnę. Czego chcę — i czego nie chcę. Co mogę — i czego na pewno nie mogę. To świadomość siebie w miejscu i czasie.

Zasada: zanim wybierzesz kanał, musisz wiedzieć, o czym jesteś. Jedno zdanie, które zostaje w głowie — bo marka to obietnica, którą inni powtarzają, gdy Cię nie ma w pokoju. Jeśli sam tego nie wiesz, ludzie zdecydują za Ciebie.

Pierwsze wrażenie zapada w kilka sekund. Twoja marka pracuje, zanim otworzysz usta — pytanie tylko, czy pracuje dla Ciebie, czy przeciwko Tobie. Głębokie chodzenie w świadomości marki zaczyna się od tych trzech par: pragnę / nie pragnę, chcę / nie chcę, mogę / nie mogę.

ZRÓB DZIŚ

Weź kartkę i trzy pary: PRAGNĘ / NIE PRAGNĘ · CHCĘ / NIE CHCĘ · MOGĘ / NIE MOGĘ. Wpisz po jednej szczerzej odpowiedzi w każdą. Potem dokończ zdanie: „Jestem o...” — w maksymalnie dwunastu słowach.

Co mówią o mnie, kiedy wychodzę z pokoju?

03

RZECZ TRZECIA

Przestań grać rolę

Był taki moment w moim życiu, że próbowałem być kimś, kim nie jestem. Grałem rolę, którą — jak mi się wydawało — świat chce widzieć. Nie działało. Dopiero kiedy przestałem grać, ludzie zaczęli słuchać.

Zasada: bez autentyczności nie ma marki. Autentyczność to nie ekshibicjonizm — to zgoda między tym, co mówisz, co robisz i kim jesteś. Online jak offline. Na scenie jak przy kawie.

Ludzie ufają ludziom, nie szyldom. Pęknięcie między obrazem a człowiekiem zabija zaufanie szybciej niż brak zasięgów. A najłatwiej zapamiętać tego, kto jest sobą — bo nikt nie umie go podrobić.

ZRÓB DZIŚ

Znajdź jedno miejsce, w którym pozujesz: fraza pożyczona z cudzych slajdów, strój „pod kogoś”, opinia, w którą nie wierzysz. Wytnij to. Jedna szczerza rzecz dziennie buduje więcej niż tydzień kreacji.

W którym miejscu gram kogoś, kim nie jestem?

04

RZECZ CZWARTA

Postaw granice

Marka to empatia i asertywność. Umiejętność stawiania granic to potężna kompetencja — pozwala być bliżej siebie i świadomie stawiać kroki.

Zasada: granice to druga połowa świadomości — wiedzieć, czego **nie chcę** i czego **na pewno nie mogę**. Dobra marka działa jak magnes i filtr jednocześnie: przyciąga właściwych ludzi i odsiewa niewłaściwych.

Bez granic mówisz „tak” wszystkiemu — i Twoja marka rozmywa się w cudzych oczekiwaniach. Empatia bez asertywności kończy się wypaleniem; asertywność bez empatii — samotnością. Marka potrzebuje obu.

ZRÓB DZIŚ

Wypisz trzy rzeczy, na które od dziś mówisz „nie”: temat, w którym nie zabierasz głosu; zlecenie, którego nie bierzesz; zachowanie, na które nie ma zgody. To jest Twój filtr — zapisz go.

Gdzie mówię „tak”, choć wszystko we mnie mówi „nie”?

05

RZECZ PIĄTA

Wyznacz cel — i nie idź sam

Marka to przede wszystkim cel, do którego chcemy dojść. Nie zryw, nie jeden viralowy post — codzienna, konsekwentna droga. Zwycięstwo należy do najbardziej wytrwałych.

Zasada: kierunek plus rytm bije talent bez rytmu. Ale nad marką nie da się pracować w pojedynkę — marka jest jak twarz: żeby ją poprawić, potrzebujesz lustra, które trzyma ktoś inny.

Sam nie zobaczysz swoich pęknięć — przyzwyczaiłeś się do nich. Dlatego czterech pierwszych rzeczy możesz dokonać w ciszy, ale piąta domyka się w spotkaniu: z kimś, kto przeszedł tę drogę i widzi Cię z zewnątrz.

ZRÓB W TYM TYGODNIU

Wyznacz cel na 12 miesięcy jednym zdaniem. A potem przyjdź na webinar „Jesteś marką” — na żywo przejdziemy Twoją obietnicę i pierwszy plan. Szczegóły na ostatniej stronie.

Dokąd idę — i kto trzyma moje lustro?

7 dni marki

Jeden krok dziennie. Nie kreacja — fundament.

-
- Pon** **Wizja.** Napisz scenę z przyszłości (za 3 lata) — obrazem, konkretnie.
-
- Wt** **Świadomość.** Trzy pary: pragnę / chcę / mogę — i ich „nie”. Potem „Jestem o...” w 12 słowach.
-
- Śr** **Prawda.** Wytnij jedną pozę — frazę, strój, opinię nie-Twoją.
-
- Czw** **Granice.** Trzy rzeczy, na które mówisz „nie”. Zapisz.
-
- Pt** **Historia.** Opowiedz komuś swoją drogę w 60 sekund — na głos.
-
- Sob** **Porządek.** Uporządkuj jeden profil pod swoją obietnicę.
-
- Ndz** **Przegląd.** Co powtórzą o Tobie inni? Zapisz i porównaj z obietnicą.
-

MOJA OBIETNICA JEDNYM ZDANIEM:

TRZY MOJE „NIE”:

Marka to suma drobiazgów, których nikt nie odpuszcza.

Nad marką nie pracuje się *w pojedynkę*

Masz mapę — teraz droga. Możesz przejść swoją obietnicę na żywo, razem ze mną i innymi budującymi swoją markę, albo od razu usiąść do rozmowy jeden na jeden. Wybierz swój pierwszy krok.

„Nie buduję marek. Buduję ludzi, którzy stają się marką.”

WEBINAR NA ŻYWO

Jesteś marką

Online, w środy o 10:00. Wybierz termin — przejdziemy Twoją obietnicę i pierwszy plan.

Zapisz się →



albo zeskanuj z
innego urządzenia

SAM NA SAM

Konsultacja marki

Rozmowa jeden na jeden z Karolem — bierzemy Twój komunikat i wychodzisz z konkretnym planem.

Umów rozmowę →



albo zeskanuj z
innego urządzenia

Karol Gnat

Nie pytaj, czy jesteś marką. Zdecyduj, jaką. · karolgnat.pl