АРХИТЕКТОР
ПЕРСОНАЛЬНОГО
РАЗВИТИЯ

Коучинг карьеры

Александр Парамонов
К.Т.Н., MBA, Коуч, Тренер
ap@helpmegrow.ru

Раскройте собственный потенциал

СТРЕМИТЕЛЬНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ В КОМПЕТЕНЦИЯХ 2015 2020

- 43% Финансовые сервисы и инвестиции
- 42% Инфраструктура
- 39% Мобильность
- 35% Информационные технологии и телекоммуникации
- 33% Профессиональные услуги
- 30% Энергетика
- 29% Здравоохранение
- 27% Медиа

http://www3.weforum.org/docs/Media/WEF_Future_of_Jobs_embargoed.pdf

БИЗНЕС НЕ ПРИНОСИТ ДЕНЕГ

Деньги приносят люди

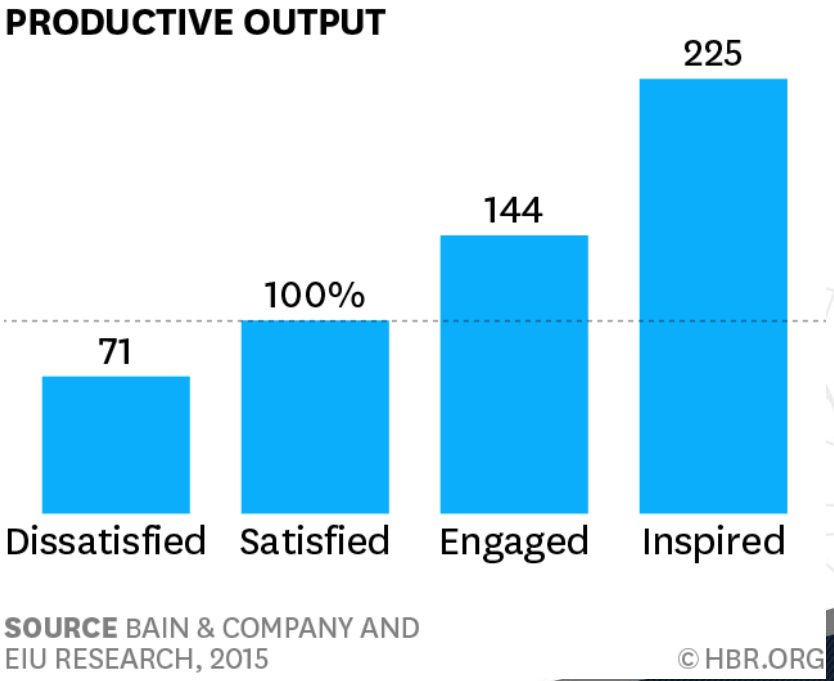
Inspired – Вдохновленные

Engaged – Увлеченные

Satisfied – В комфортных условиях

Dissatisfied – Под страхом и давлением

Inspired Employees Are the Most Productive



РАМКА КОНЕЧНОГО РЕЗУЛЬТАТА

4. Интеграция (духовность)
Что это меняет?

2. Мотивация (эмоции) Ценности
Почему?

1. Постановка цели (разум), SMART
Что?

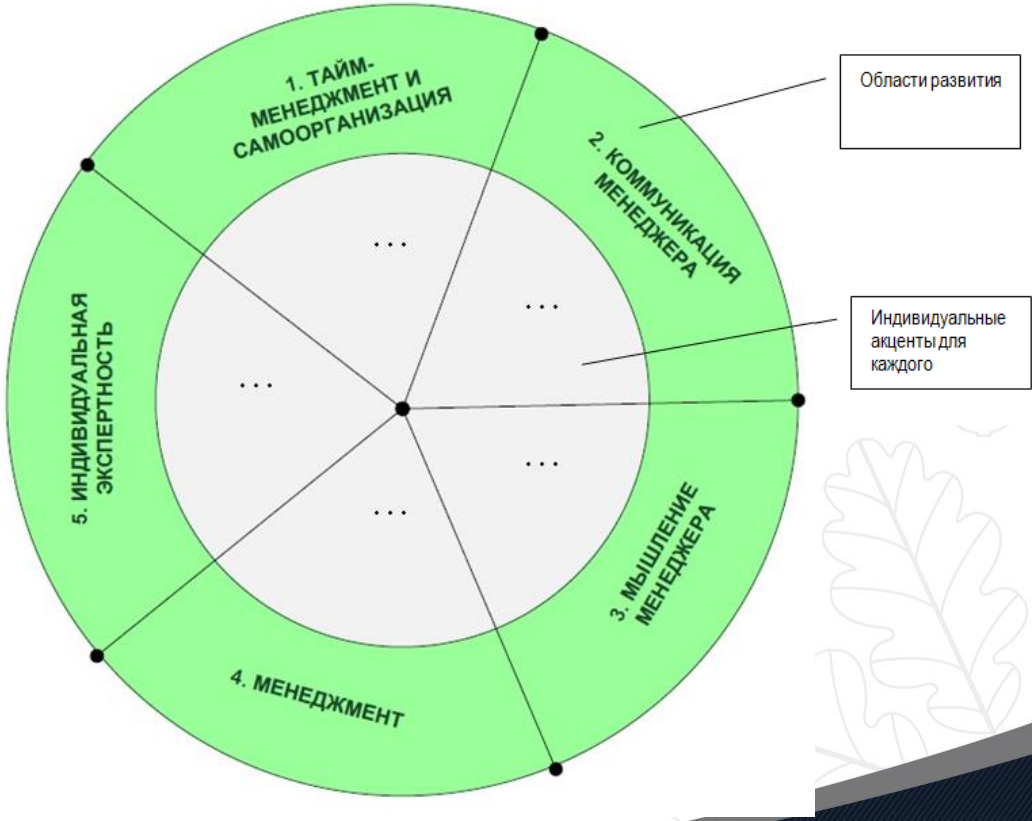
3. Создание шагов (физика): вехи, ресурсы, препятствия
Как?

Шаг №1. Согласование Цели и контракта

ДОСТИЖЕНИЕ ЦЕЛИ: КУДА И ОТКУДА

ОЦЕНКА ТЕКУЩЕЙ СИТУАЦИИ: ВНУТРЕННЕЕ ТЕСТИРОВАНИЕ

1. Кто я сейчас?
2. Что я люблю?
3. Что я умею?
4. Что я делаю?
5. Какой лучший результат я получал?
6. Какой результат я получал с минимальными усилиями?



ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕЛИ

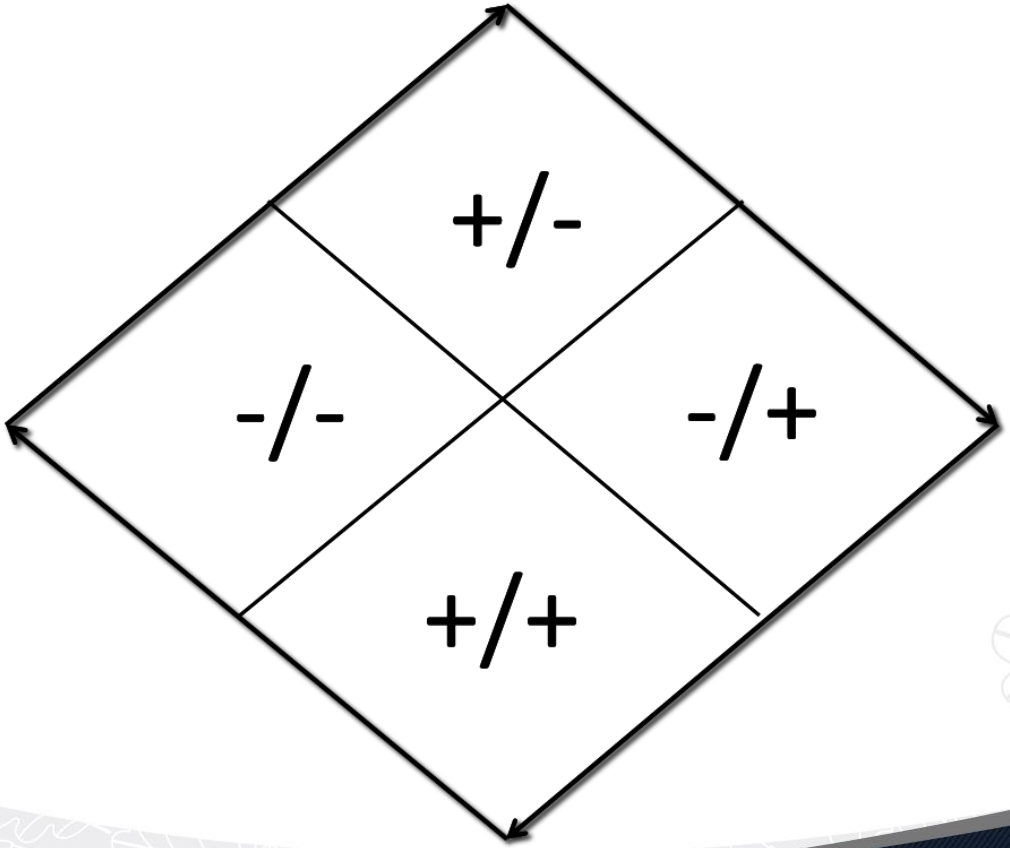
1. SMART
2. GROW
3. Визуализация будущего (с усилением)
4. Пирамида логических уровней
5. Модель
6. Стол менторов
7. …

Шаг 2. Понимание эмоций

ЭМОЦИИ ОПРЕДЕЛЯЮТ НАШЕ РАЗВИТИЕ НА 80%

- Морковная мотивация не работает!
- Избегание боли сейчас!
- Невнятные наслаждения потом!

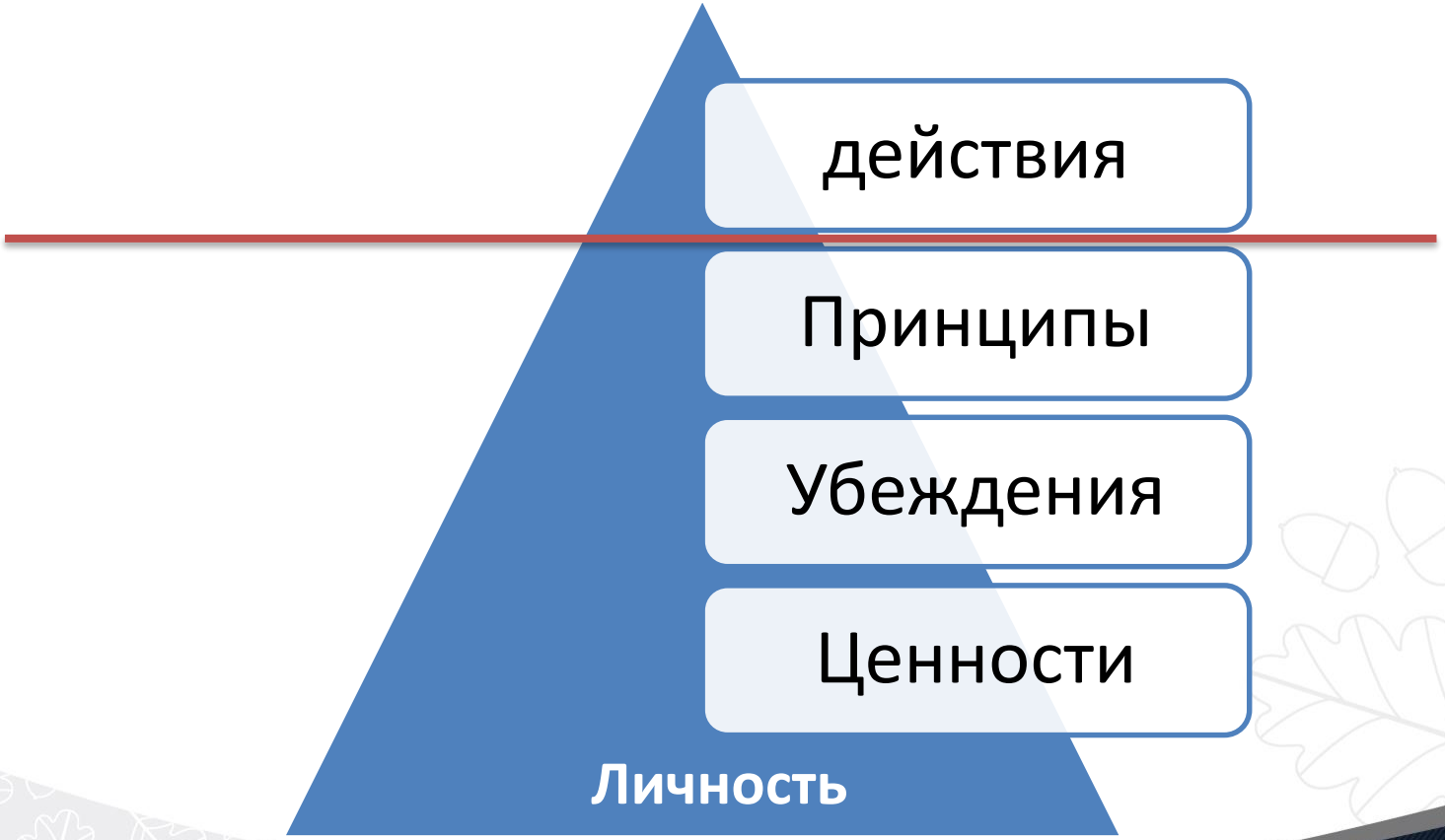
СИЛА ЭМОЦИЙ – СИЛА ВОПРОСОВ



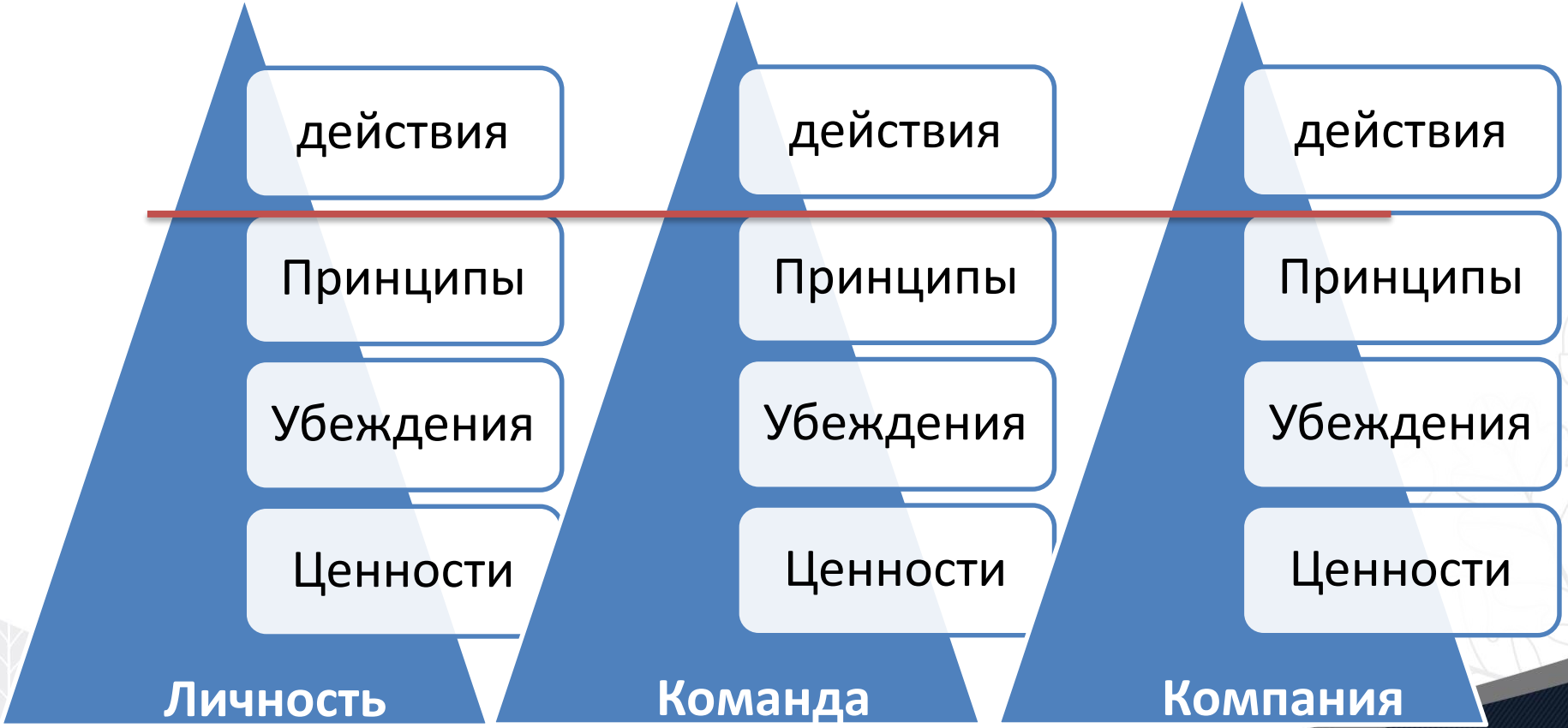
САМАЯ УЖАСНАЯ РАБОТА В МИРЕ, ЭТО КОГДА….

Все самое плохое	Лучший результат	Ценность

ПИРАМИДА МОТИВАЦИИ

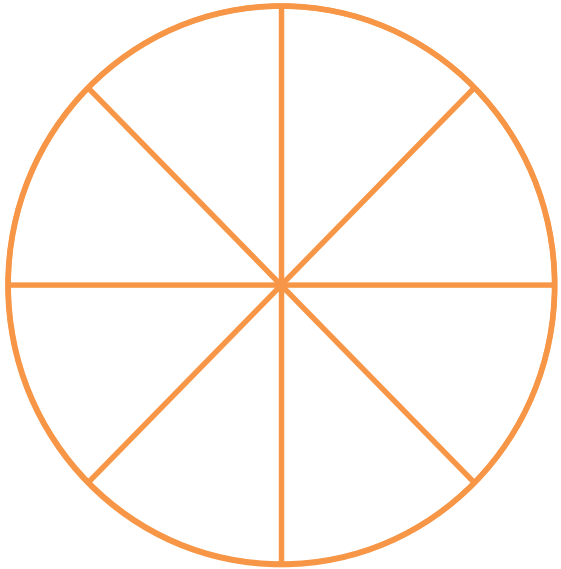


ПИРАМИДА МОТИВАЦИИ

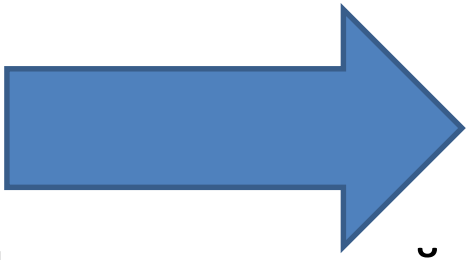


Шаг 3. Создание эффективного плана

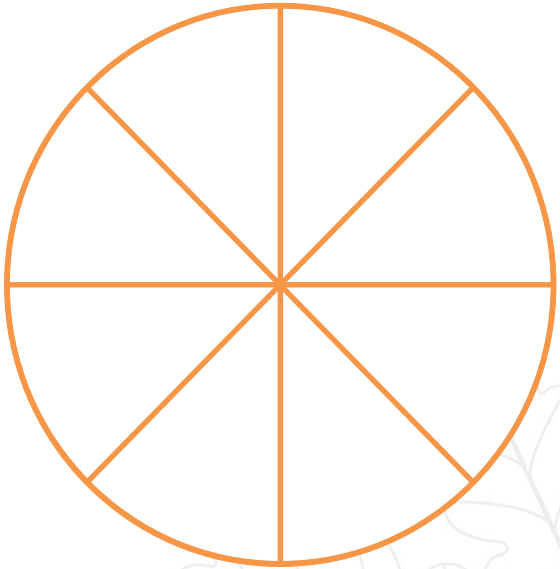
ОТКУДА И КУДА ВЫ ИДЕТЕ?



Текущее состояние



Индивидуальный план развития



Целевое состояние

ПРИМЕР ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПЛАНА

по областям развития Тема	формат развития	приоритет
БЛОК 1. ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ И САМООРГАНИЗАЦИЯ		
1. Самоорганизация. Тайм-менеджмент	коучинг, тринги, сам	**1**
БЛОК 2. КОММУНИКАЦИИ		
2. Эффективное взаимодействие	коучинг, тренинги	**6**
3. Ораторское искусство	**тренинги, школа, сам**	**4**
БЛОК 3. МЫШЛЕНИЕ		
4. Целостное системное мышление	коучинг, тренинги, сам	**6**
5. Коммерческое мышление	тренинги, сам	3

ПЛАН ДЕЙСТВИЙ

Текущая дата	Дата 2	Дата 3	Финальная дата
1. Состояние	1. Состояние	1. Состояние	1. Состояние
2. Результаты	2. Результаты	2. Результаты	2. Результаты
3. Компетенции	3. Компетенции	3. Компетенции	3. Компетенции
4. Действие	4. Действие	4. Действие	4. Фокус
5. Фокус	5. Фокус	5. Фокус	5. Праздник
6. Риски	6. Риски	6. Риски	

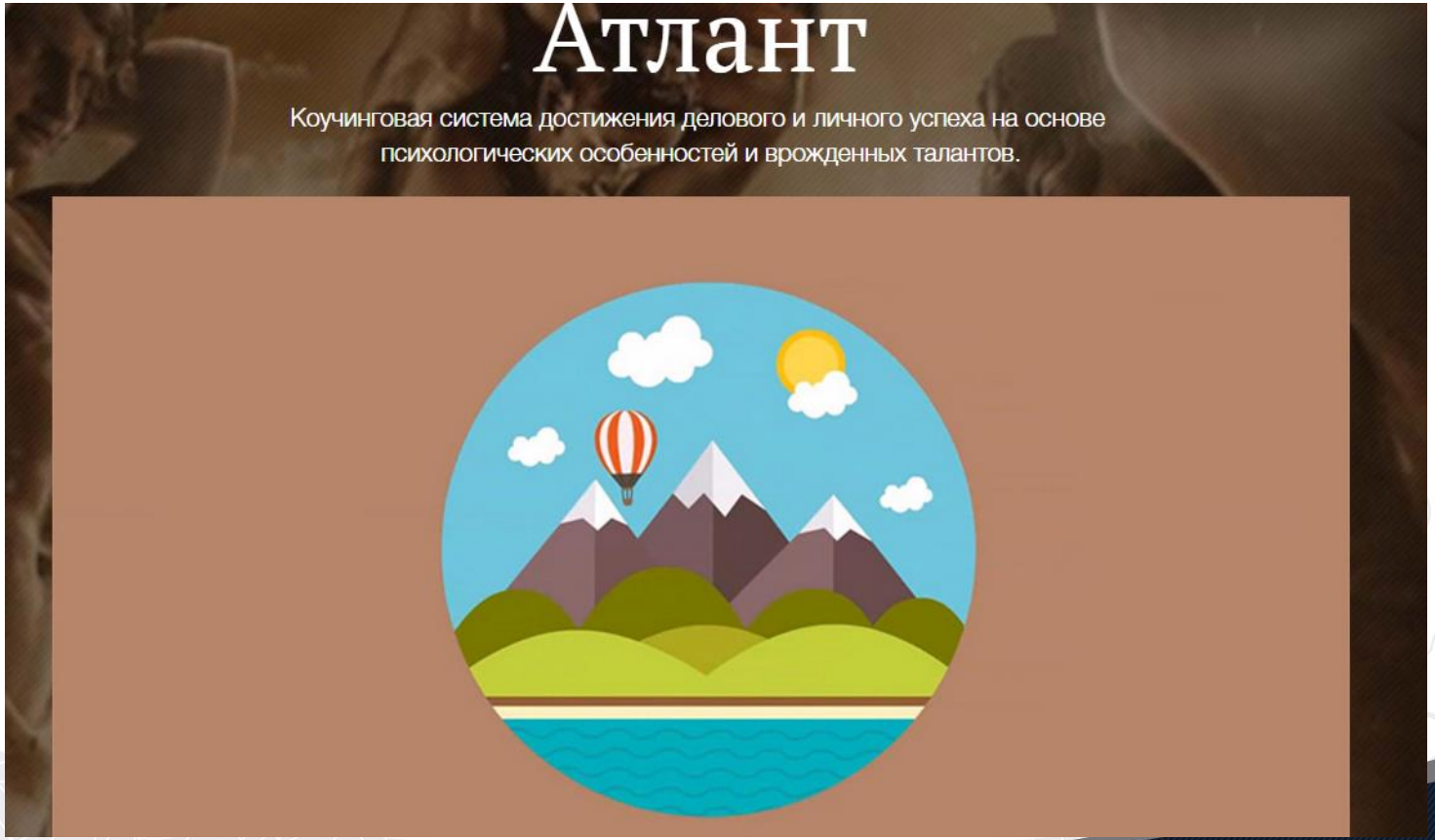
Какой шаг вы сделаете в течение часа (24 часов)?

ОПОРА НА ВРОЖДЕННЫЕ ТАЛАНТЫ В СЕБЕ

ПОИСК ВРОЖДЕННЫХ ТАЛАНТОВ

- Анализ детских предпочтений: 0-10, 10-20, 20-30.
- Лучшие моменты, которыми вы гордитесь.
- Спросить других (бренд менеджмент)
- Если бы у Вас были решены все вопросы безопасности (деньги, здоровье, семья), чем бы вы занимались?
- Тестирование (MBTI, Whole Brain, Belbin)
- **Тестирование Атлант http://atlant.bz**

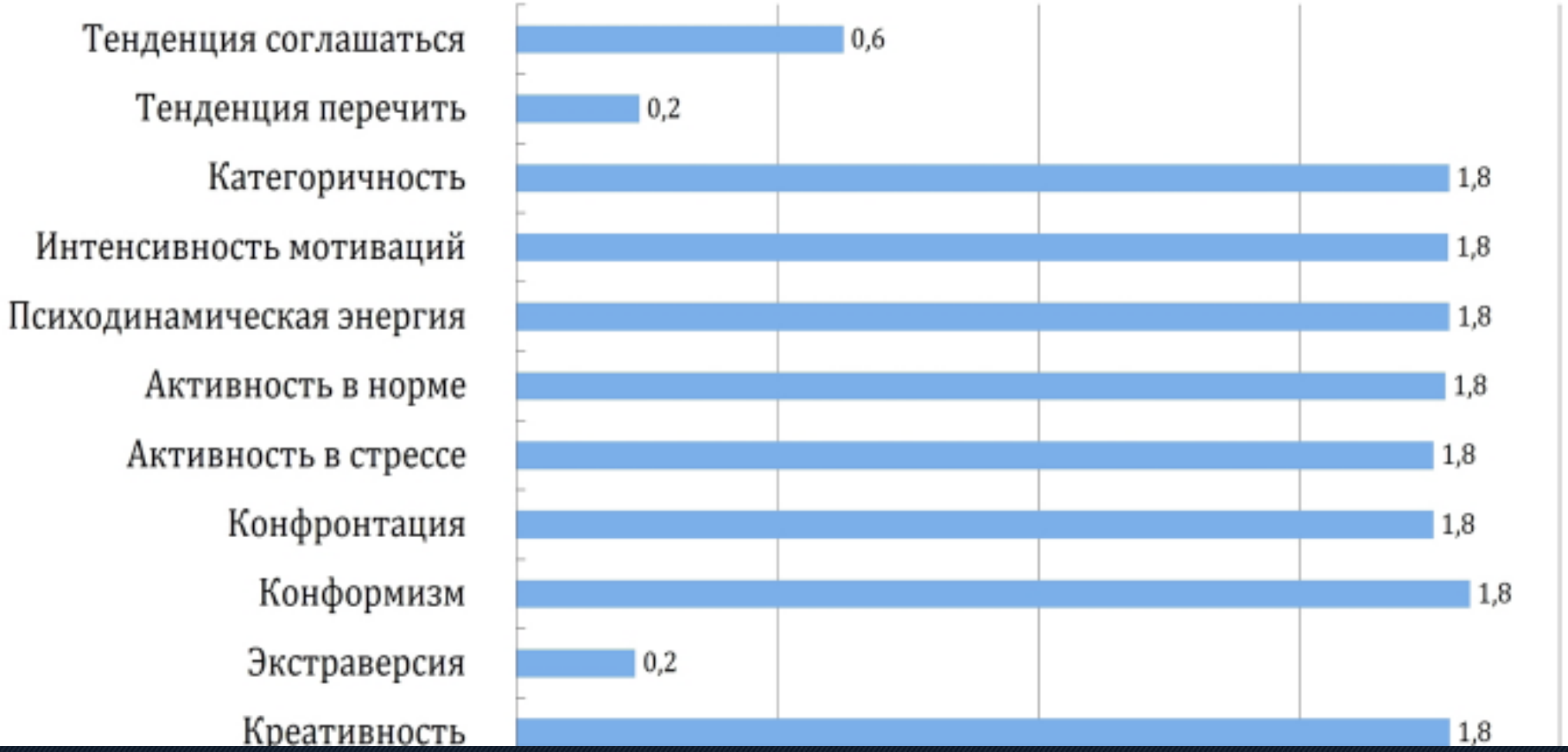
ЧТО ТАКОЕ СЕРВИС АТЛАНТ?



ТЕСТ АТЛАНТ – ДЕЛОВЫЕ КАЧЕСТВА

ТЕСТ АТЛАНТ – ДЕЛОВЫЕ КАЧЕСТВА

ТЕСТ АТЛАНТ – ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА



ВОПРОСЫ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ТЕСТИРОВАНИЯ

1. Какие **таланты** помогут Вам на каждом этапе?
2. Какие таланты потребуются Вам в вашей **команде**?
3. Как Вы собираетесь развивать свои **сильные стороны**?
4. Как Вы собираетесь выстроить **коммуникацию** со своими коллегами?
5. Как Вы собираетесь выстроить коммуникацию с **руководителем**?
6. Как Вы сможете создать **мотивирующую среду** в Вашем подразделении?
7. Что реально **ВАЖНО** для Вас и приносит **УДОВОЛЬСТВИЕ**?

Шаг 4. Интеграция

ИНТЕГРАЦИЯ

1. Как это выглядит?
2. Что вы слышите?
3. Что вы чувствуете?
4. Как это повлияет на другие сферы вашей жизни?
5. Какие перспективы это открывает?
6. Каким мастером Вы станете?

Страхи и сопротивления

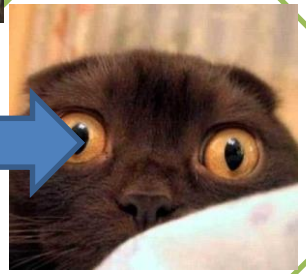
ГДЕ ФОРМИРУЕТСЯ СОПРОТИВЛЕНИЕ?

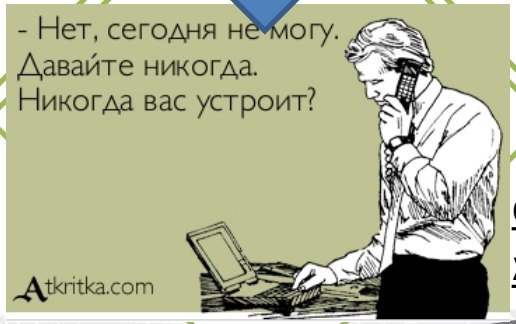
Гремлин №4 Страх конфликта, страх завершения

Гремлин №1 - страх мечтать: блокировка будущих образов

Гремлин №3 Принижение своих достоинств и компетенций. Виновата система.

Коуч





Гремлин №2 страх провала: я жертва.

ШАГИ

- Напишите мне, если хотите получить эту презентацию, шаблон персонального карьерного развития и шаблон приглашения на карьерное развитие.
- Пройдите тестирование на оценку собственных талантов на сайте http://atlant.bz
- Создайте свой проект карьерного развития.
- Для коучей я предлагаю партнерскую систему.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

Александр Парамонов

ap@helpmegrow.ru

+7(964)794-21-12

facebook.com/aaparamonov

http://helpmegrow.ru