



АВТОРСКАЯ ТРЕНИНГОВАЯ ПРОГРАММА

УСПЕХ

**ТЕХНОЛОГИИ ОБРЕТЕНИЯ
ЛИЧНОСТНЫХ СМЫСЛОВ.
ОТ ИДЕИ К ПРАКТИКЕ**

АВТОРЫ

Могилёвкин Евгений Александрович



профессор кафедр психологии и управления персоналом Владивостокского государственного университета экономики и сервиса (ВГУЭС), кандидат психологических наук, сертифицированный эксперт (МГУ им. Ломоносова) в области оценки карьерных компетенций. Имеет 15-летний опыт проведения мастер-классов и тренингов по управлению карьерой. Автор книги «Карьерный рост: диагностика, технологии, тренинг» и многочисленных публикаций в ведущих профессиональных изданиях (Москва, Санкт-Петербург, Киев, Минск), посвященных решению проблем достижения карьерного успеха.

АВТОРЫ

Новгородов Антон Сергеевич

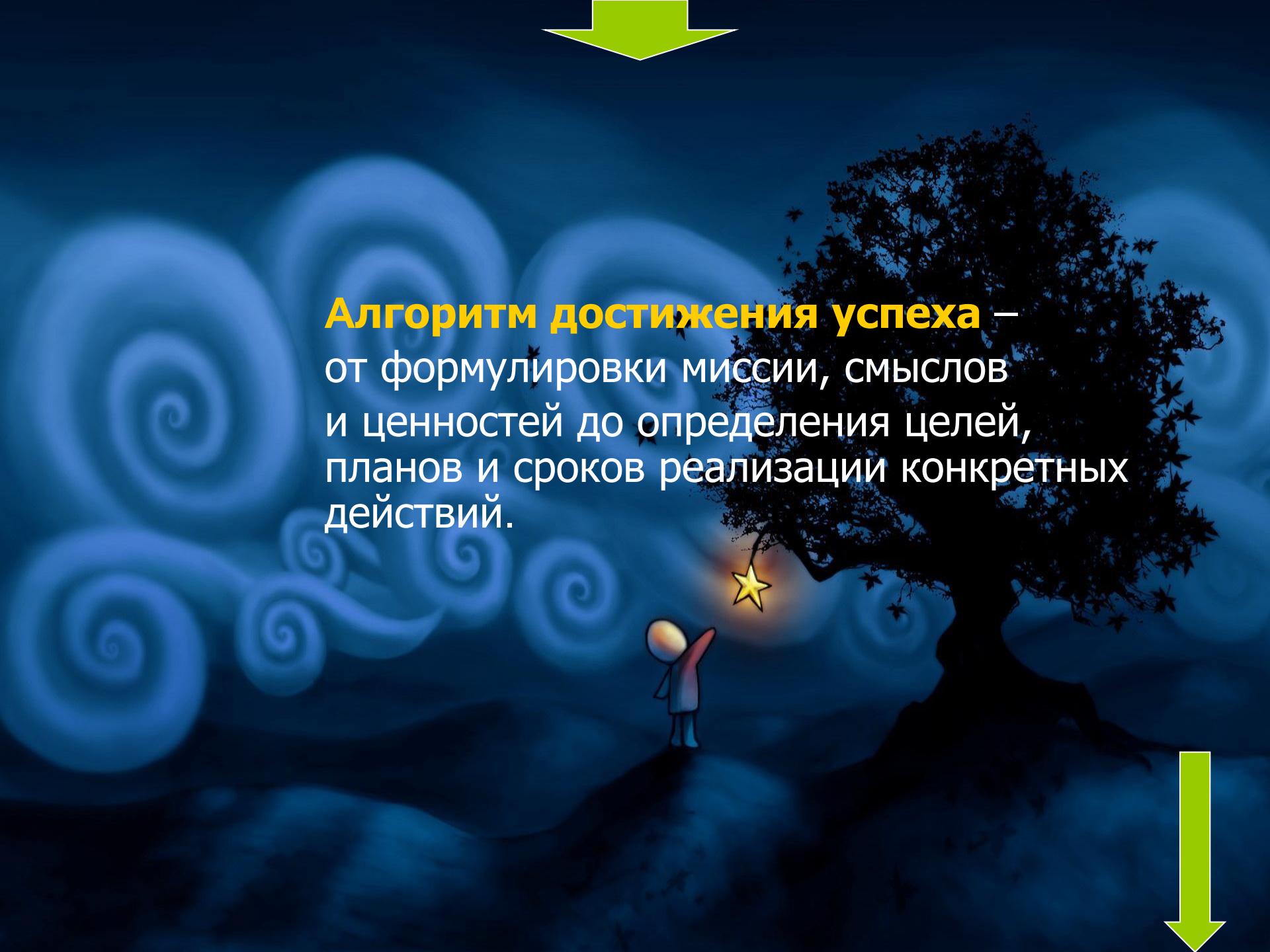

бизнес-тренер в области психологии управления и карьерного менеджмента, сертифицированный специалист по оценке карьерных компетенций, менеджер специальности «Управления персоналом» и преподаватель Института права и управления ВГУЭС, соавтор публикаций по вопросам оценки и развития карьерных компетенций в московских и других профессиональных изданиях.




Основная идея:

Технологии достижения успеха:
личностного, профессионального,
карьерного, жизненного в целом
**на основе глубокого понимания
собственной системы ценностей
и осознания личной миссии.**





Алгоритм достижения успеха –
от формулировки миссии, смыслов
и ценностей до определения целей,
планов и сроков реализации конкретных
действий.





Вы как непосредственный творец – субъект карьеры и профессиональной деятельности,

разворачивающий себя как проект в перспективное будущее и способный достичь **«акме»** –

пика, расцвета, полного раскрытия собственного делового и личностного потенциала.



A circular fisheye photograph of a park scene. In the center, a woman in a red top and white shorts is walking a dog. To her left, a man in a green shirt is riding a bicycle. Further left, a woman is sitting on the grass, and a child is running with a green kite. On the right side, a man in a green shirt is playing soccer with a ball. In the bottom right, a woman and a child are sitting on the grass, looking at a colorful book. The background shows a clear blue sky with a bright sun and some trees.

ЦЕЛЬ

**Внутренне
непротиворечивая,
логически
выстроенная
программа
достижения успеха**



ЗАДАЧИ

Определение набора ценностей и смыслов

 **Диагностика и наработка компетенций успешности**

Развитие самооффективности

Овладение техниками реализации делового и личного потенциала

РЕЗУЛЬТАТ

Целостное представление
о психологии успеха

Развернутая картина
потенциала
успешности
(на основе оценки
компетенций)



Личная миссия в
терминах успеха

Алгоритм
составления и
анализа карты
успеха

Динамичная система ценностей и маршрут
деловой и личной успешности

Уровни программы

ПОВЕДЕНЧЕСКИЙ

- формирование и отработка конкретных карьерных умений
- закрепление эффективных стратегий на уровне поведения

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ

- поддержание эмоционально позитивного фона
- формирование мотивации на развитие и достижение

РАЦИОНАЛЬНЫЙ

- развитие познавательной активности
- осознание базовых принципов достижения успеха

АКСИОЛОГИЧЕСКИЙ

- диагностика жизненных ценностей и их интеграция в единую систему
- работа со смыслами

Уровень первый **ПОВЕДЕНЧЕСКИЙ**

определение ролей в команде

формирование умения
планировать
и распределять задачи

наработка навыков
делегирования
и ответственного поведения





отработка навыков самопрезентации

развитие переговорных навыков

**развитие самооффективности –
уверенности в способности достигать
целей и добиваться успеха в избранной
сфере деятельности**



Уровень второй

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ

наработка методов
позитивной
эмоциональной
самоподдержки

«кинестетическое
якорение»,
«визуализация»,
«нахождение ресурсных
мест»

формирование навыков распознавания
манипуляций у себя и у других





отработка техник
цивилизованного влияния

расширение представления
о тактиках и стратегиях
достижения жизненного
успеха

просмотр и анализ фрагментов фильмов,
раскрывающих пути к успеху



Уровень третий

РАЦИОНАЛЬНЫЙ



Освоение SMART-анализа:
четкость в постановке цели, ее
специфичность, измеримость,
достижимость, реалистичность,
определенность во времени

Освоение SWOT-анализа – техники
выявления сильных и слабых
сторон, угроз и возможностей





**Освоение ТРИЗ
(теории решения изобретательских
задач), метода мозгового штурма
(Brain storming)
и метода «Шести шляп»
(автор - Э.Боно)**

**Освоение элементов
Self-Assessment – технологии
самооценки ключевых
компетенций успеха**



Уровень четвертый **АКСИОЛОГИЧЕСКИЙ**

**Интеграция
полученных
знаний и умений
(компетенций)**

**Определение иерархии
ценностей и формулировка
индивидуальной миссии**

**Составление
маршрута реализации
успешности**

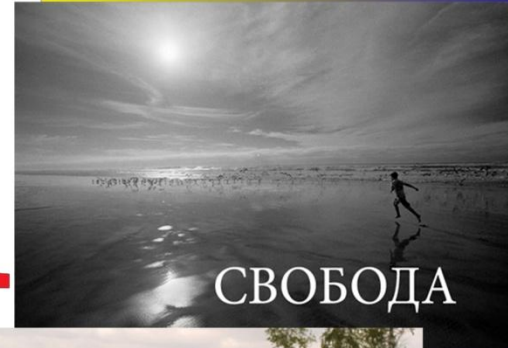


Вариант раскладки ценностей

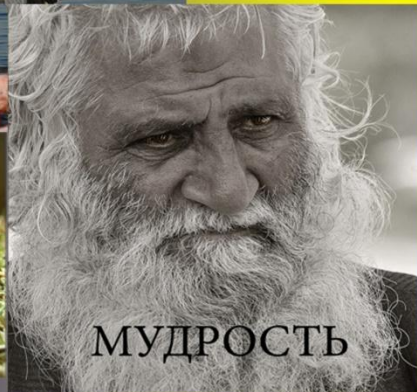


самореализация

Я



путешествия





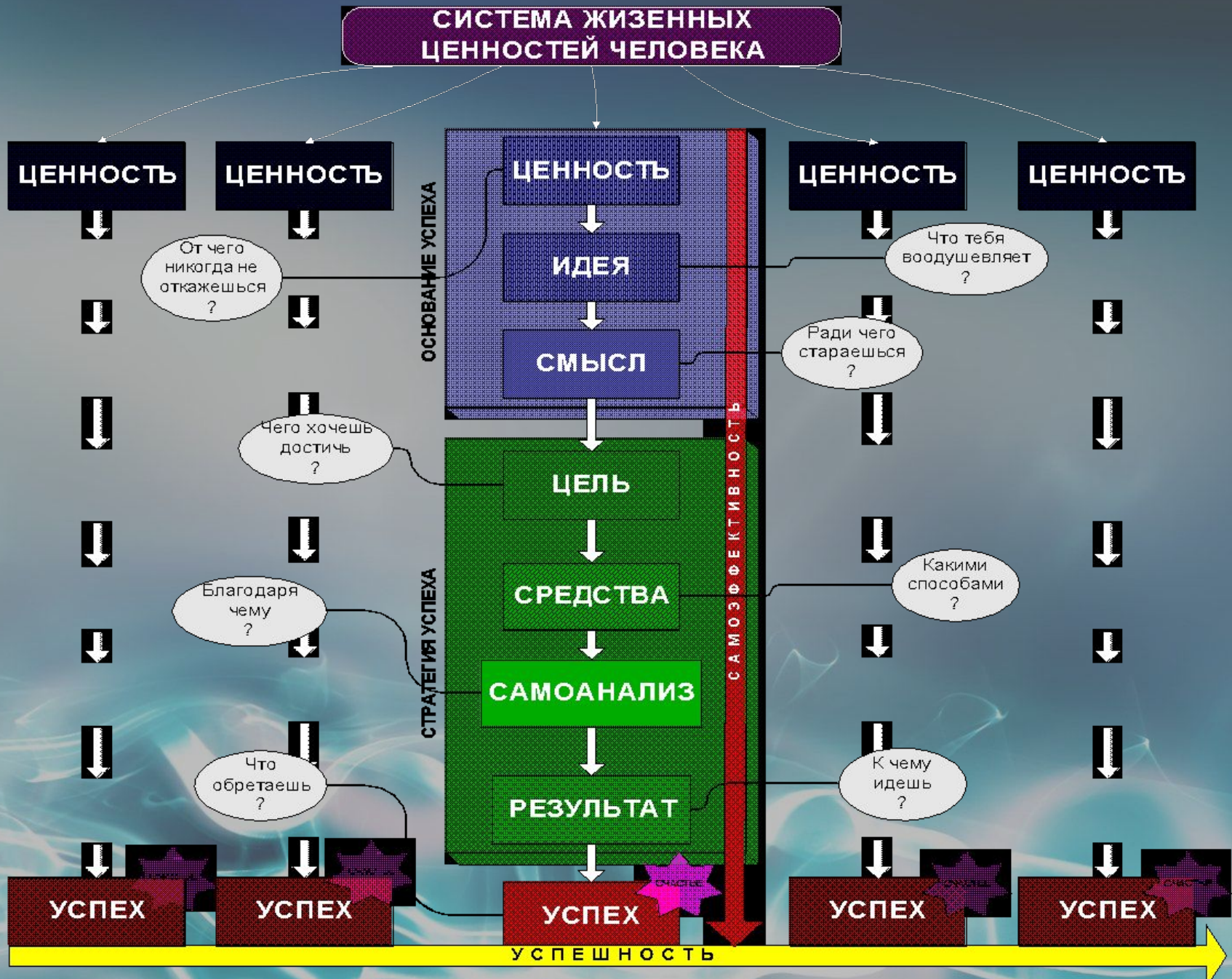
**Выявление
ключевых
личностных
ресурсов
достижения успеха**

**Формирование
индивидуальной
программы развития**

**Создание карты личного
успеха, учитывающей
индивидуальные
особенности**

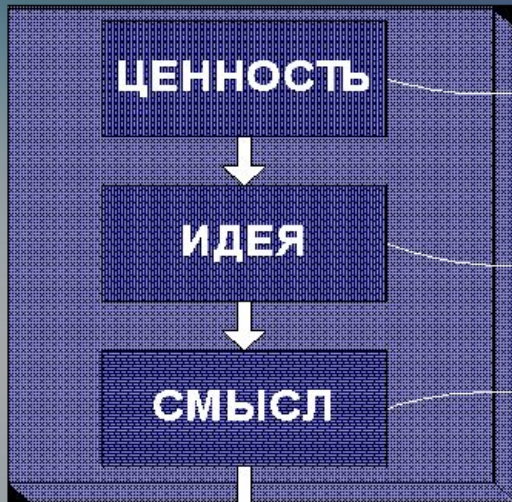


Принципиальная схема достижения успеха



МЕТОДЫ И ТЕХНОЛОГИИ, применяемые в программе

ОСНОВАНИЕ УСПЕХА



- МЕТОДИКА «РАСКЛАДКА ЛИЧНОСТНЫХ ЦЕННОСТЕЙ» (авторы Е.А. Могилевкин, А.С. Новгородов)
- «КАРЬЕРНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ» (автор Э. Шейн в адаптации А.А. Жданович)
- МЕТОДИКА «ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ ЛИЧНОСТИ» (автор М. Рокич)

- ТЕХНИКА МОЗГОВОГО ШТУРМА (BRAIN STORMING)
- МЕТОД «ТРИЗ» (ТЕОРИЯ РЕШЕНИЯ ИЗОБРЕТАТЕЛЬСКИХ ЗАДАЧ)

- ТЕСТ «СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ОРИЕНТАЦИИ» (авторы Д. Крамбо, П. Махалик в адаптации Д.А. Леоньева)
- ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ И ГРУППОВОЙ КОУЧИНГ

СТРАТЕГИЯ УСПЕХА



- SMART-АНАЛИЗ
- ТЕХНОЛОГИИ ЦЕЛЕПОЛАГАНИЯ

- ТЕХНИКИ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ
- КОММУНИКАТИВНЫЙ ТРЕНИНГ
- ТРЕНИНГ ЦИВИЛИЗОВАННОГО ВЛИЯНИЯ И ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ МАНИПУЛЯЦИЯМ
- ТЕХНИКИ ВИЗУАЛИЗАЦИИ
- ТЕХНИКИ НАХОЖДЕНИЯ РЕСУРСОВ

- SWOT-АНАЛИЗ - АНАЛИЗ СИЛЬНЫХ И СЛАБЫХ СТОРОН, УГРОЗ И ВОЗМОЖНОСТЕЙ
- ОЦЕНКА И СОСТАВЛЕНИЕ ПРОФИЛЯ ЛИЧНОСТНЫХ И ДЕЛОВЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ

- ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА РАЗВИТИЯ
- ПЛАН ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА

УСПЕШНОСТЬ

КАРТА ЛИЧНОГО УСПЕХА

Перечень
конкретных
действий,
направленных
на достижение
успеха

Указание желаемых
результатов и
средств их
достижения

МАРШРУТ РЕАЛИЗАЦИИ УСПЕШНОСТИ

Последовательность
шагов, взятых из
Карты личного успеха

Указание сроков
достижения успеха

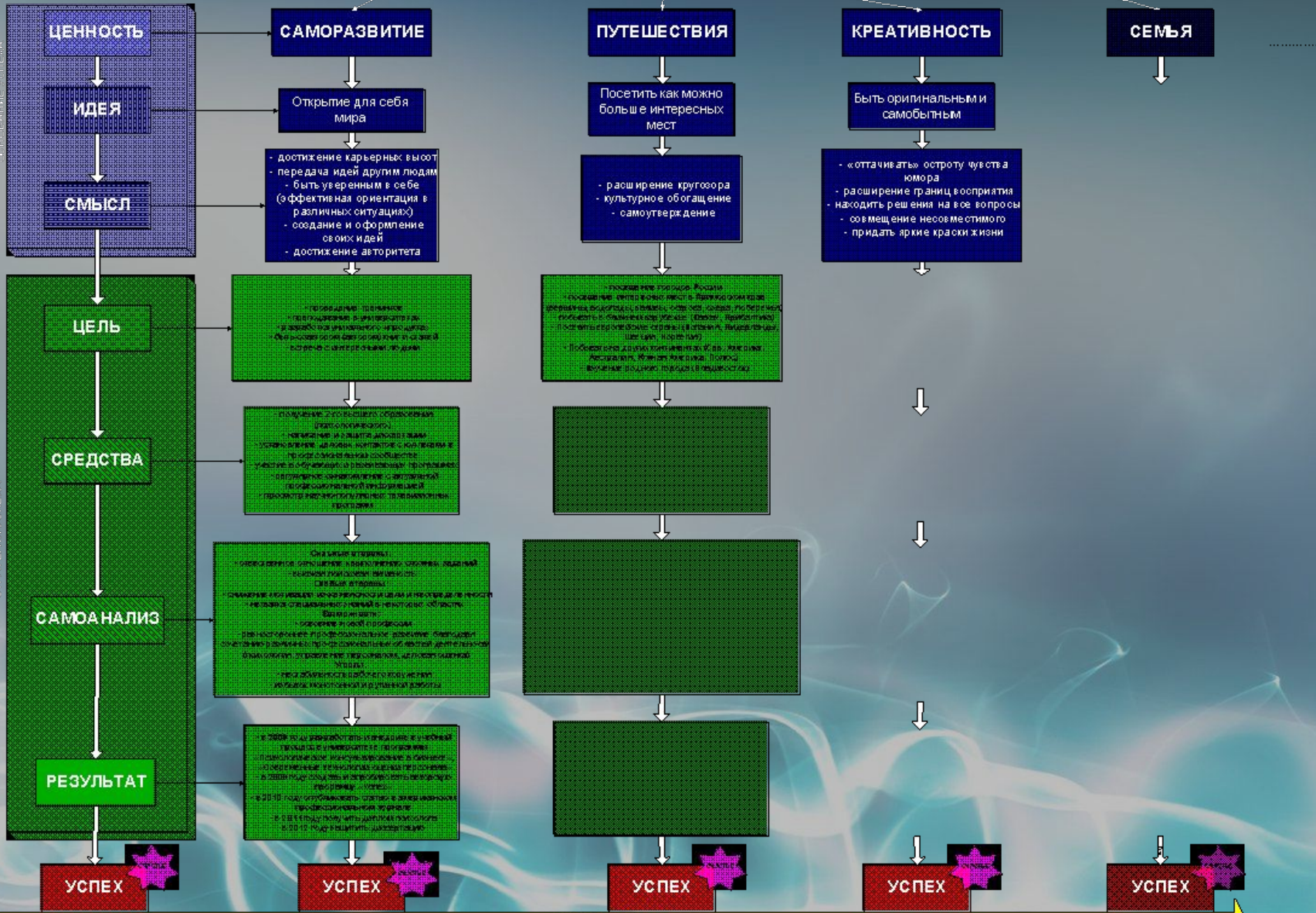
ПРОФИЛЬ ЦЕННОСТЕЙ

Присвоение
коэффициента
важности
каждой
ценности

Определение границ
сбалансированности
ценностей

Фрагмент «Карты личного успеха»

СИСТЕМА ЖИЗНЕННЫХ ЦЕННОСТЕЙ ЧЕЛОВЕКА



ПЕРСОНАЛЬНЫЙ КОДЕКС

СТРАТЕГИЯ ЖИЗНИ

Фрагмент «Профиля ценностей»

