

12 конференция фасилитаторов
«Практики Антихрупкости 2021»



www.facilitators.ru



Александр Дудоров
IMPER Group

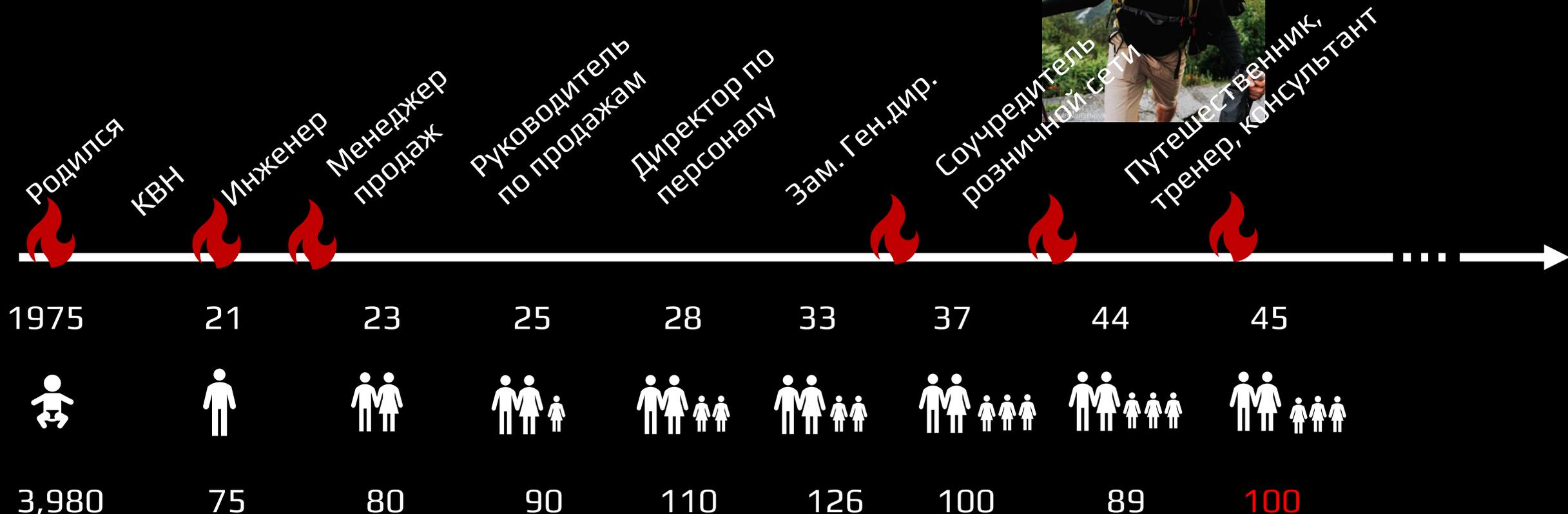
ЭНЕРГИЯ КОМАНДЫ



**ЭНЕРГИЯ ФАСИЛИТАТОРА И
КОМАНДЫ
или День сурка**

Саша Дудоров
IMPER Group

Про себя



Ф А С И Л И Т А Ц И Я

www.personalimage.ru

www.gotraining.ru

www.facilitators.ru

www.sessiondesign.ru

Сегодня



Что такое
энергия?
Почему нам это
интересно?



Куда и когда
энергия
девается?



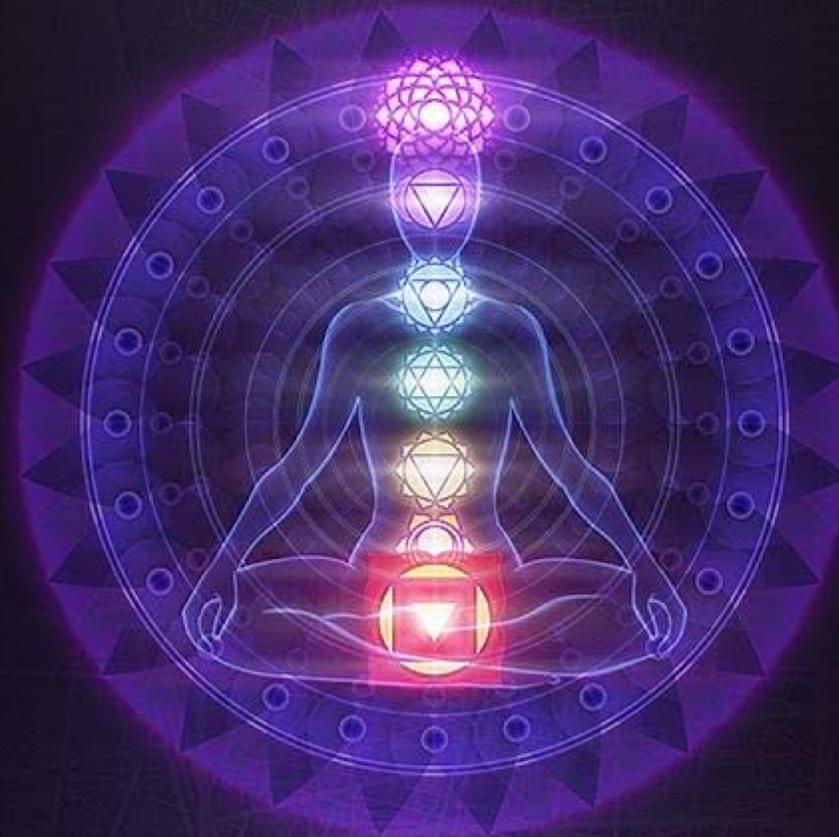
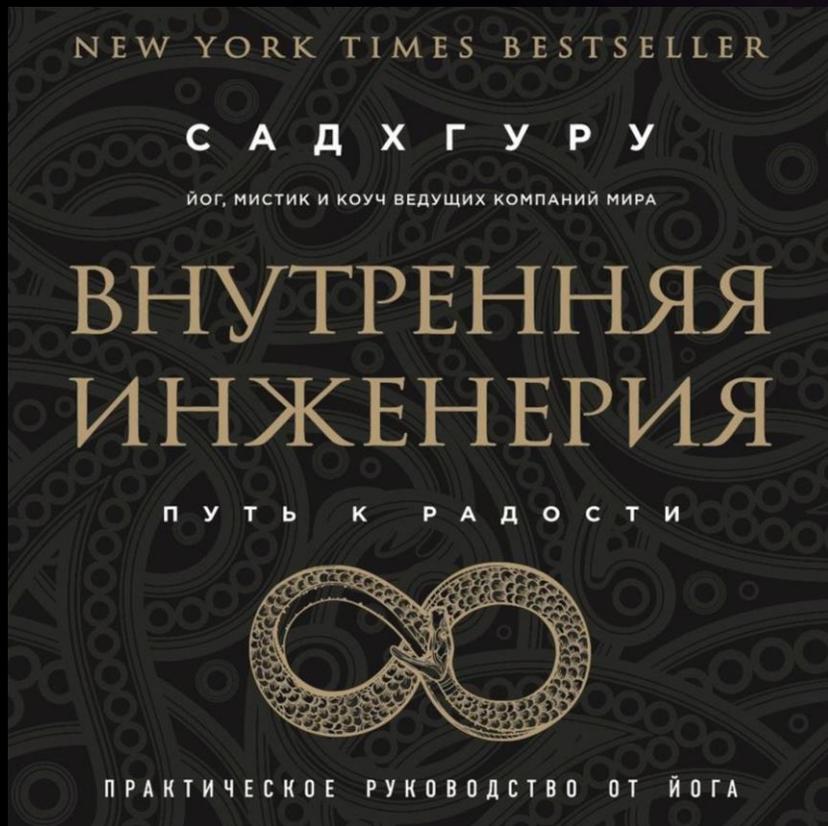
Как работать с
энергией?



Четыре источника
энергии

VQ

Vitality Quotient, Жизненная энергия



Эзотерика

Научно



KORN FERRY®

THE SELF- DISRUPTIVE LEADER

With uncommon qualities and characteristics, these future-ready leaders will drive organizations to adapt, collaborate, and excel in disruptive times.



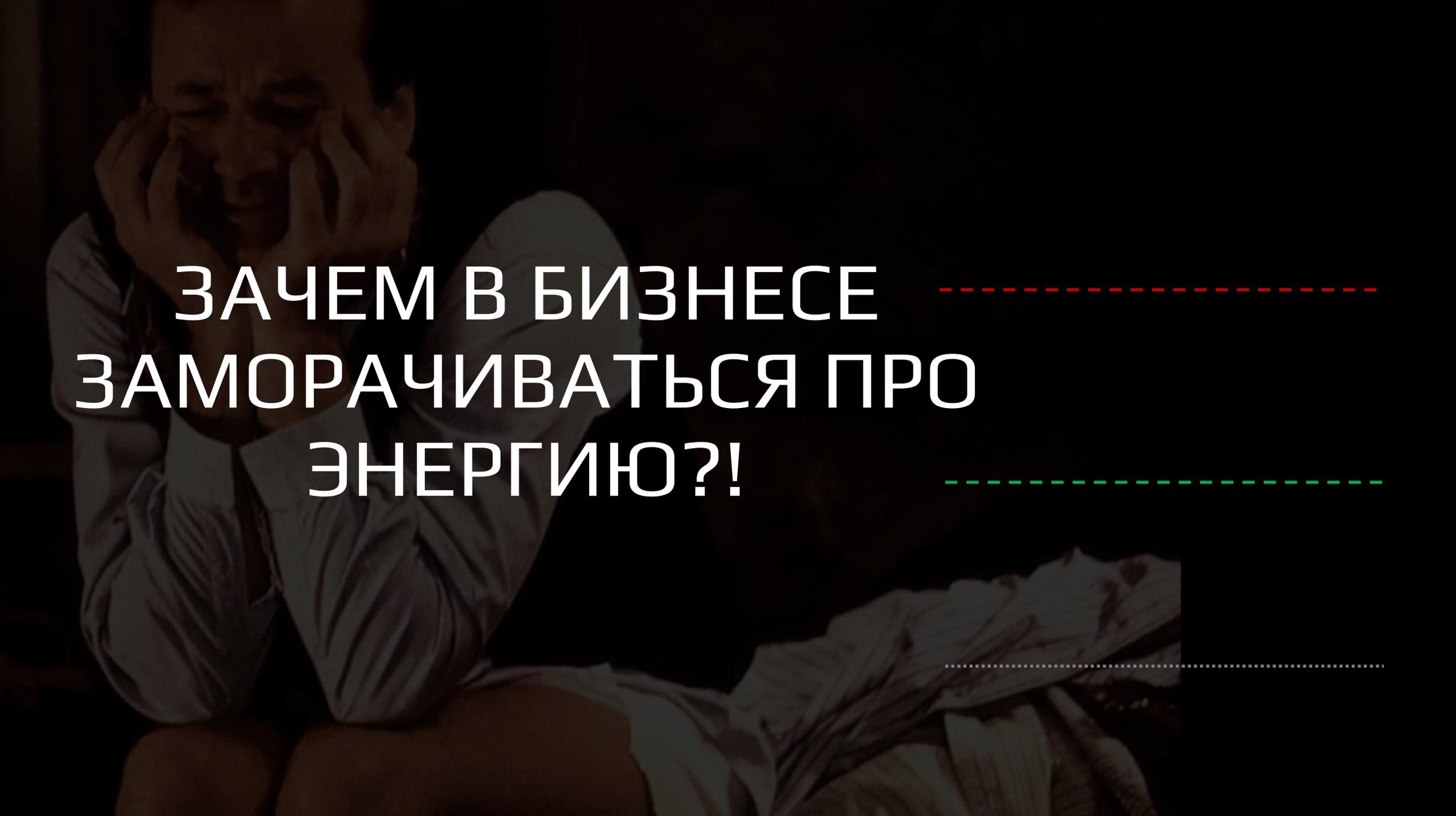
VQ (Vitality Quotient) коэффициент жизненной энергии, ввел в управленческий обиход французский психолог Пьер Касс

Способность поддерживать себя в энергетически заряженном состоянии и увлекать за собой



Уровни энергии





ЗАЧЕМ В БИЗНЕСЕ
ЗАМОРАЧИВАТЬСЯ ПРО
ЭНЕРГИЮ?!



Качество
решений ...

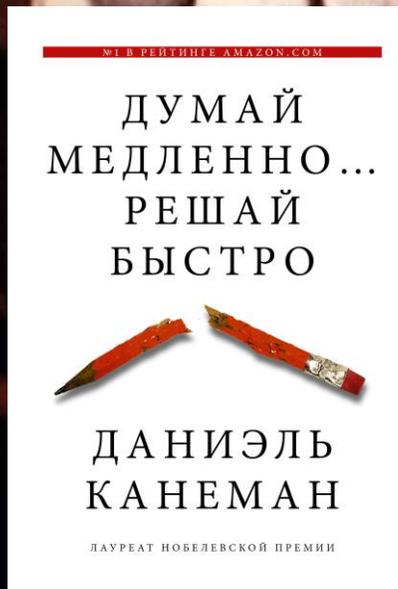


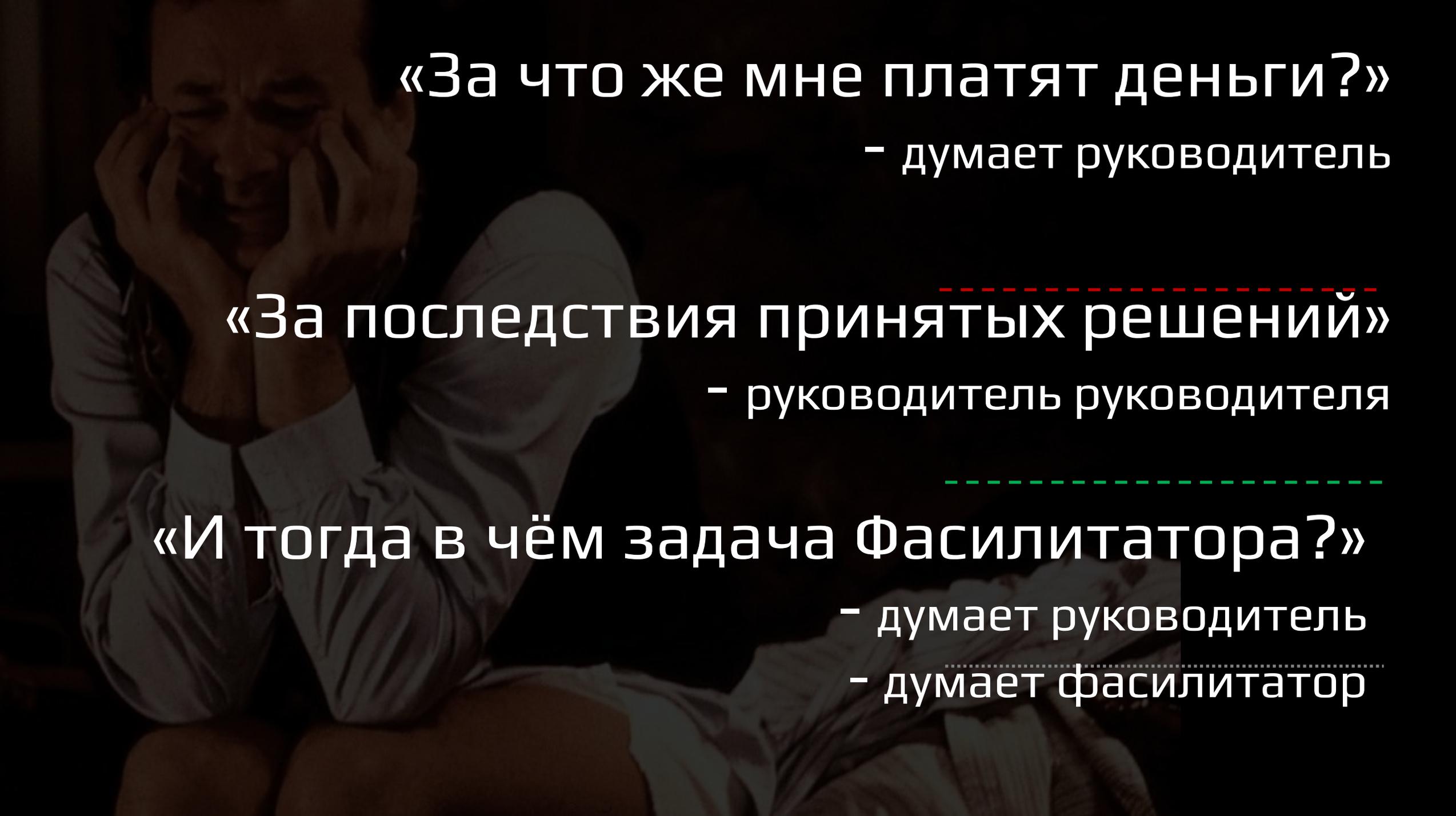
1. Пиковый

2. Ресурс

3. Не ресурс

4. Всё





«За что же мне платят деньги?»

- думает руководитель

«За последствия принятых решений»

- руководитель руководителя

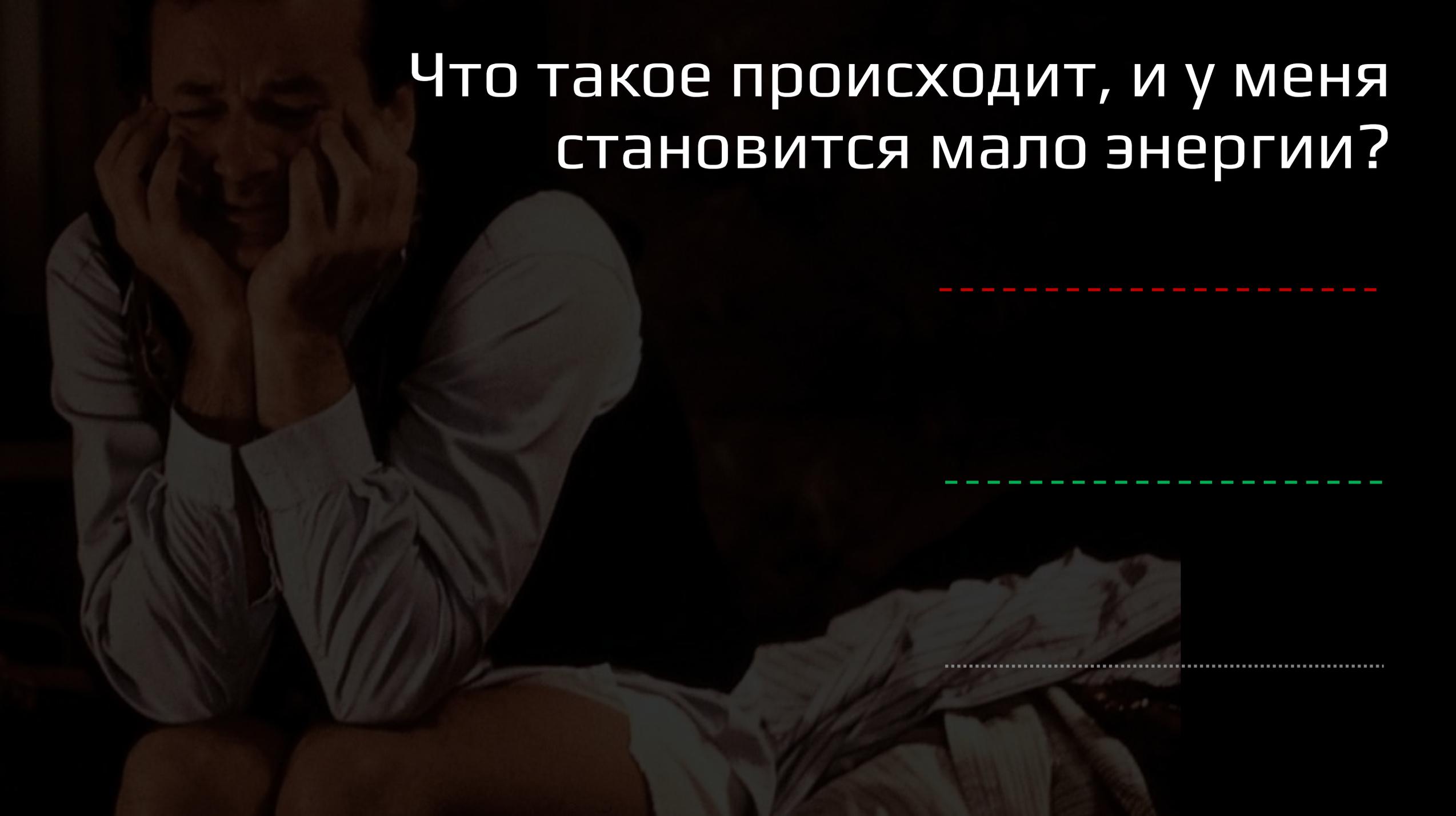
«И тогда в чём задача Фасилитатора?»

- думает руководитель

- думает фасилитатор

A man and a woman are sitting on a bed in a bedroom, engaged in conversation. The man is on the left, wearing a light-colored striped shirt, and the woman is on the right, wearing a light-colored top. They are both looking at each other. The room is dimly lit, with a lamp on a table to the left casting a warm glow. The background features a wooden headboard and floral wallpaper.

Получается задача фасилитатора:
Способствовать созданию условий для обретения
группой и руководителем ресурсного состояния для
поиска и согласования решения



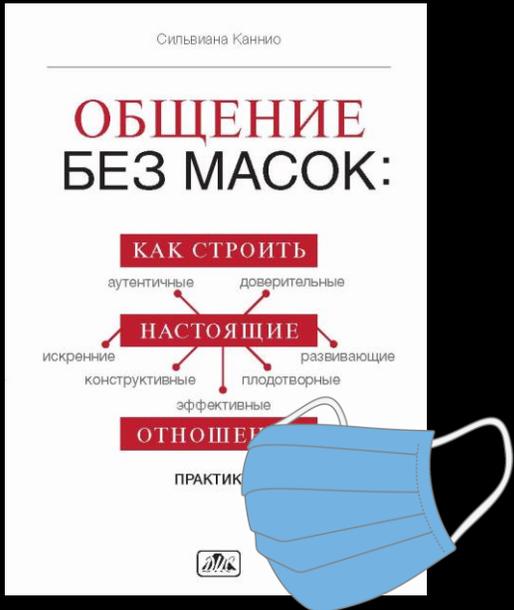
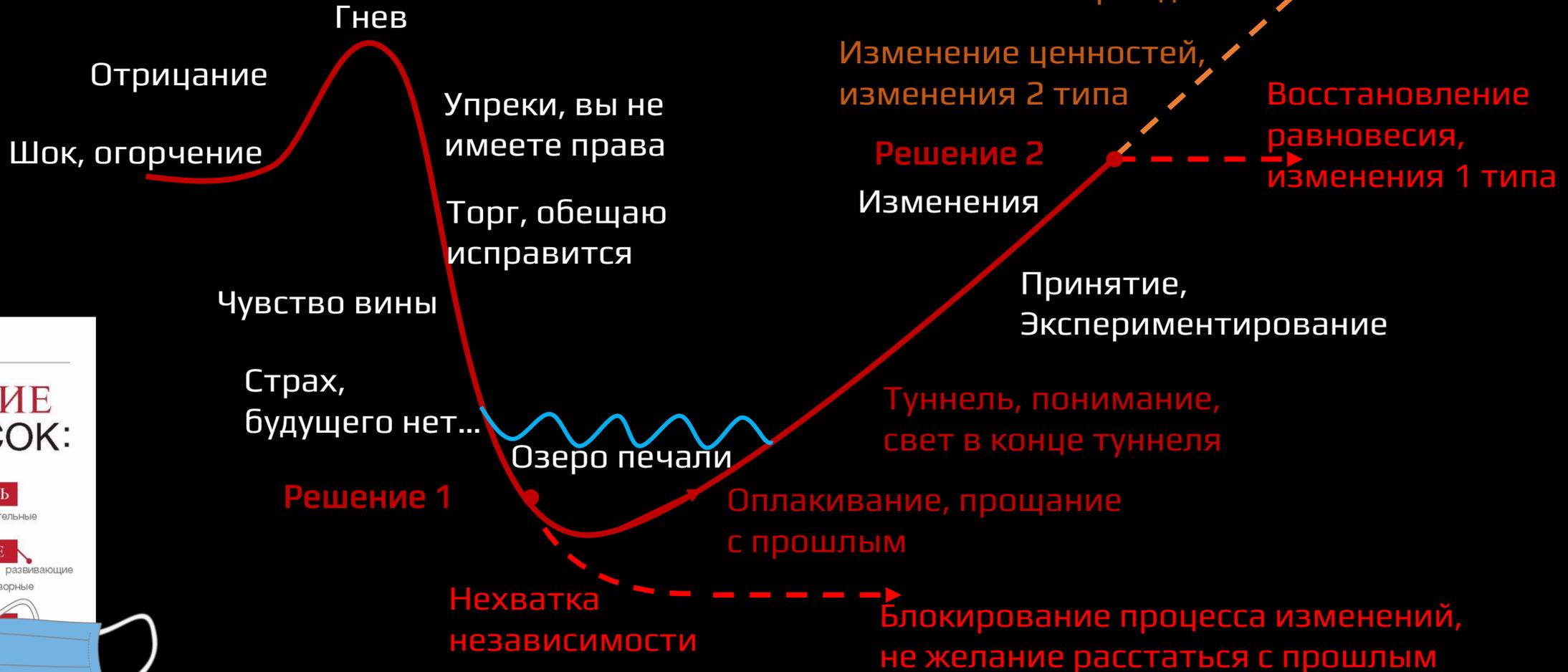
Что такое происходит, и у меня
становится мало энергии?

Траектория в неопределенности

По материалам
Кюблер Росс

По материалам
Каннио - Лаунер

Вновь обретенная
личность



Траектория в неопределенности

По материалам
Кюблер Росс

По материалам
Каннио - Лаунер

Вновь обретенная
личность

КАК РАБОТАТЬ С ЭНЕРГИЕЙ?

Энергия и Траектория





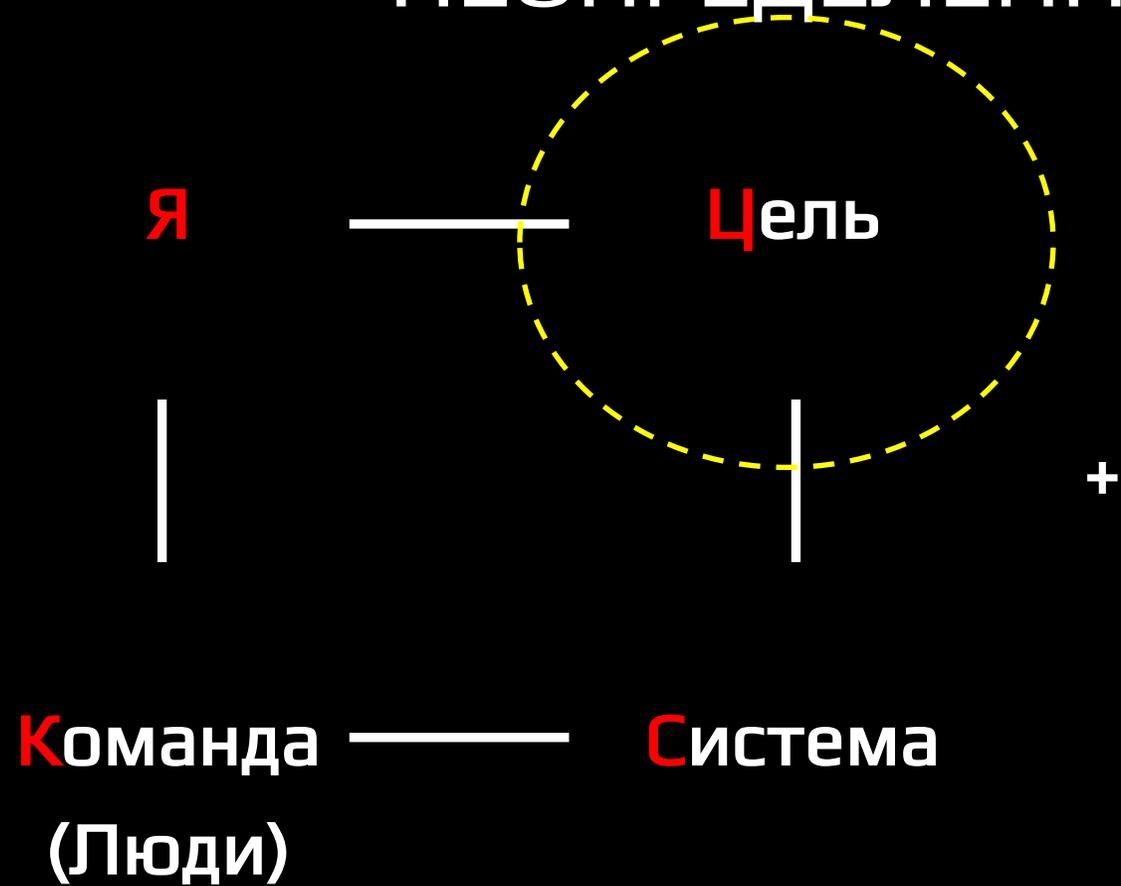
Прокачивать

Разблокировать

ИСТОЧНИКИ



ЧТО В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ БЛОКИРУЕТСЯ В НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ?



Энергия целеполагания

Я — Цель

| Ц |

Команда — Система

А

ЖЕЛАНИЕ

ЖЕЛАНИЕ

ЖЕЛАНИЕ

ЖЕЛАНИЕ

ЖЕЛАНИЕ

ЖЕЛАНИЕ

ЖЕЛАНИЕ

В

ЦЕЛЬ

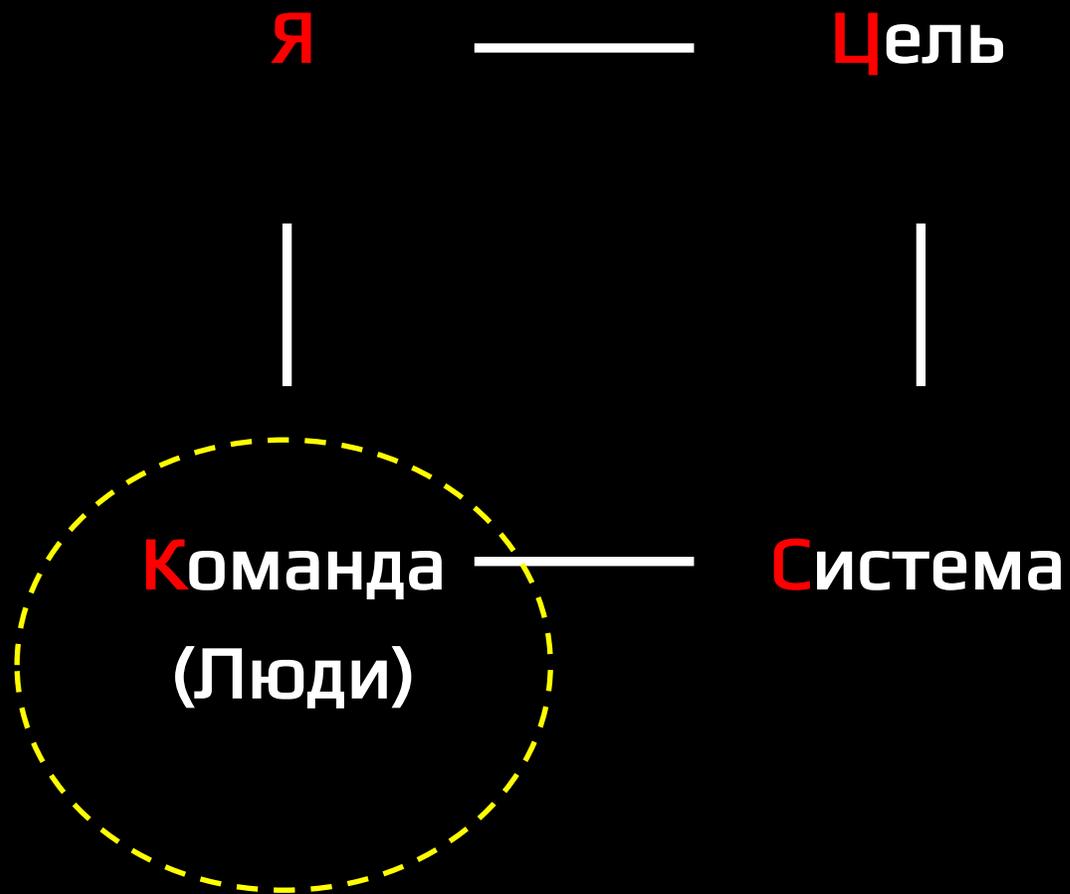
ЦЕЛЬ

ЦЕЛЬ

С

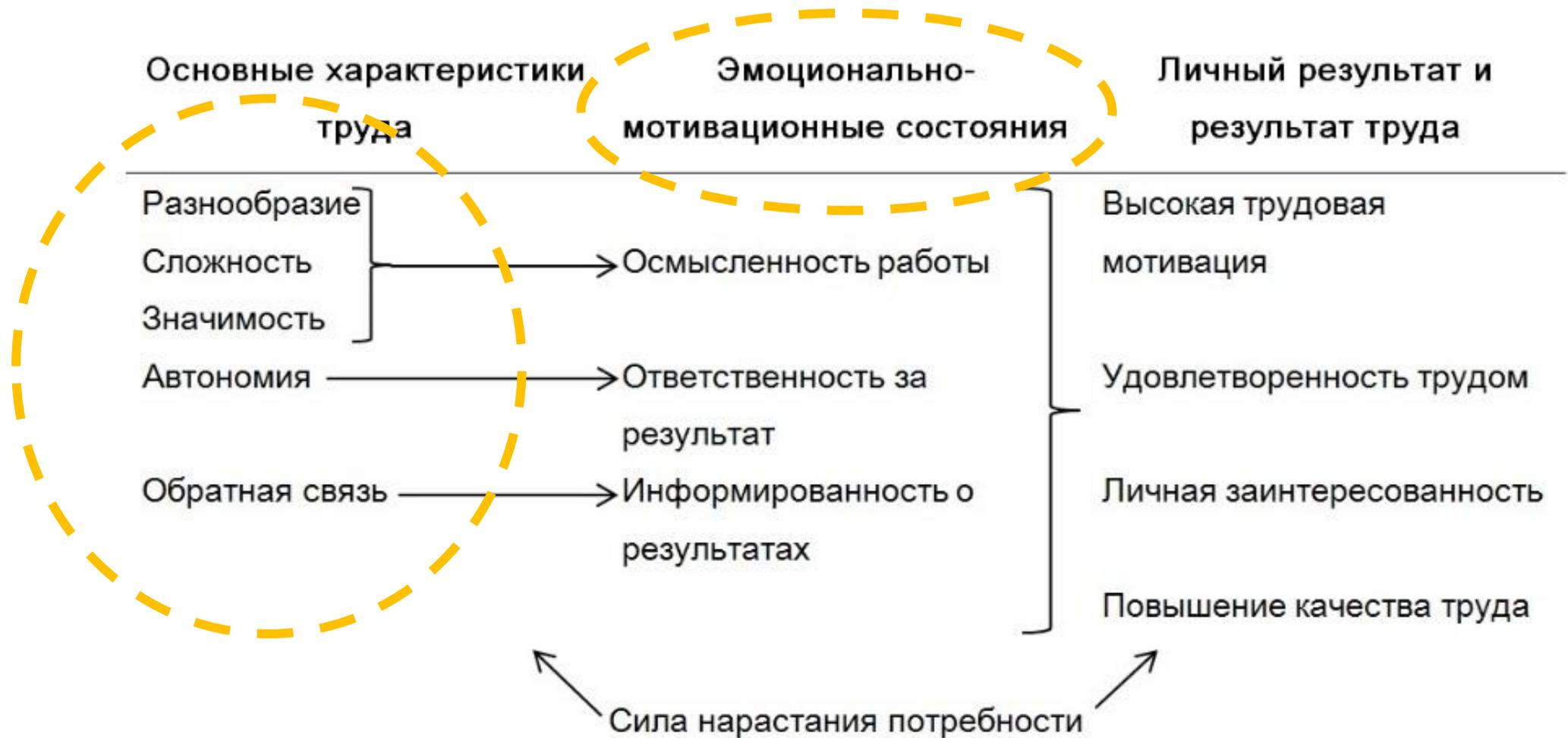
МИССИЯ

ЭНЕРГИЯ КОМАНДЫ





Теория характеристик труда Дж. Хакменом и Г. Р. Олдхамом



A man and a woman are building a snowman in a snowy park at night. The woman, on the left, has long curly hair and is wearing a blue jacket. The man, on the right, is wearing a dark coat and a scarf. They are both looking at the snowman, which has a single black dot for an eye. The background shows snow-covered trees and a building with a lit window.

Важно сотруднику дать возможность
выбрать роль соучастника и ... Творца!

A woman with voluminous, curly red hair is smiling warmly and gesturing with her right hand towards a crowd of people. She is wearing a light-colored, long-sleeved top. The background is filled with a diverse group of people, some of whom are clapping, suggesting a celebratory or appreciative atmosphere. The lighting is soft and focused on the woman, with the background slightly blurred.

Вы хотели бы, чтобы
сотрудники/
участники заботились
о Вас?

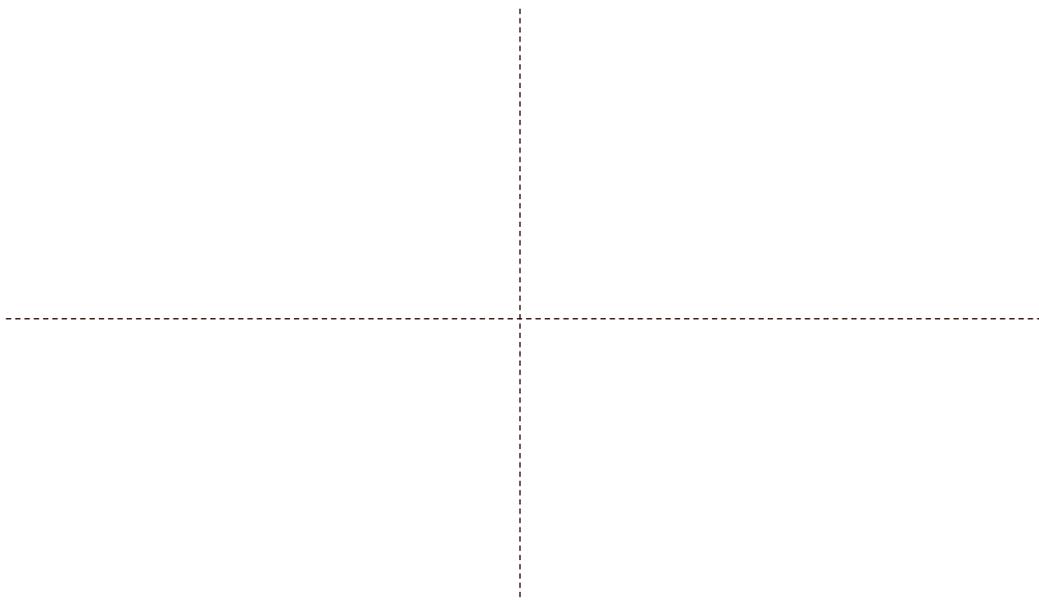
Где Вы обычно работаете?

Лидирую

Получаю
поддержку

Оказываю
поддержку

Исполняю





ИНФОГРАФИКА ПО МОТИВАМ КНИГИ

ЛИДЕР БЕЗ ТИТУЛА

Робин Шарма



ПРАКТИК ПРОБУЖДЕНИЯ



ЭНЕРГИЯ РИТМА

я — Цель



Команда — Система



Программа для руководителей «Фасилитирующее лидерство»

Я

Цель

Я

Команда

Система



Высокая
негативная
энергия

Злость Тревога Фобии
Раздражительность Паника
Оборонительная позиция
Обида

Низкая
негативная
энергия

Депрессия Упадок сил
Отсутствие мотивации
Безнадежность
Пораженческие настроения

Высокая
положительная
энергия

Бодрость Уверенность в себе
Эмпатия Жизнерадостность
Вызов

Низкая
положительная
энергия

Расслабление Спокойствие
Добродушие Безмятежность
Отсутствие концентрации

Самый
драгоценный
ресурс – это
энергия, а не
время





Пульсация высокой
эффективности



Жизнь спринтами



Баланс между
стрессом и
восстановлением



1. **Поставь цель**
2. **Честно осмотришь**
3. **Действуй через привычки**

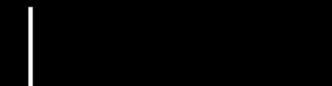




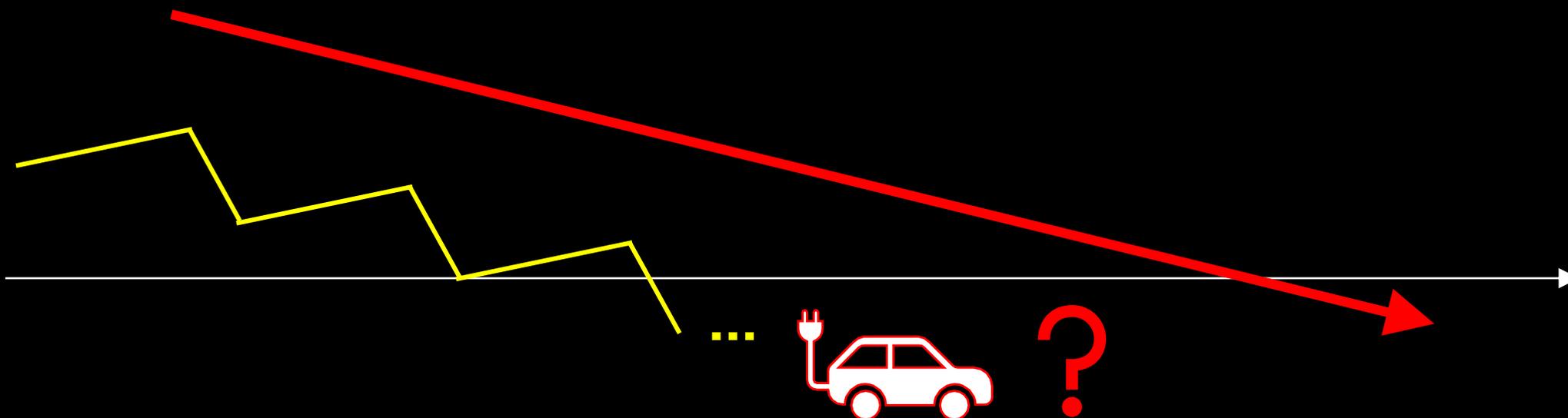
Энергия соответствует уровню и сценарию ...

Любитель

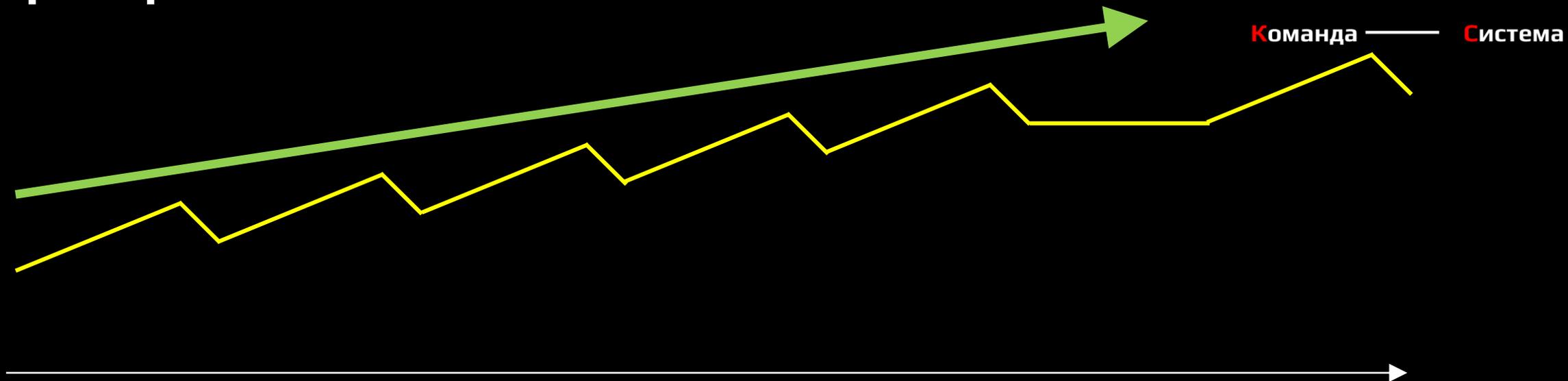
Я — Цель



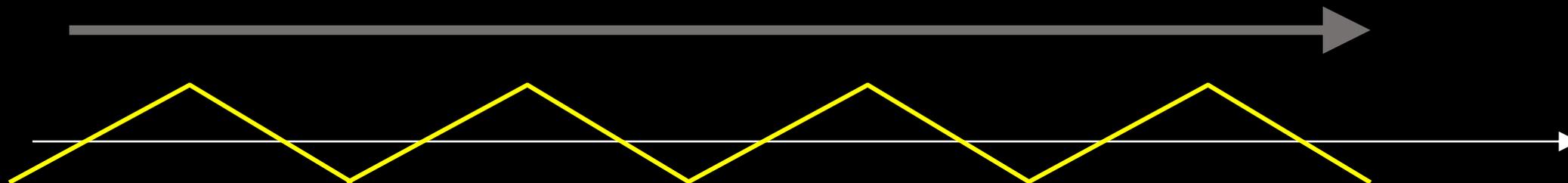
Команда — Система



Профессионал



Недо профессионал





Дыхание



Медитация



Глубокая
релаксация



Гимнастика



Работа с
биологически
активными точками
и рефлексогенными
зонами



УПРАВЛЕНИЕ СОСТОЯНИЕМ

Твоя энергетическая привлекательность для сотрудников/ участников?

Я — Цель

Я+К

Команда — Система

1

2

3

4

5

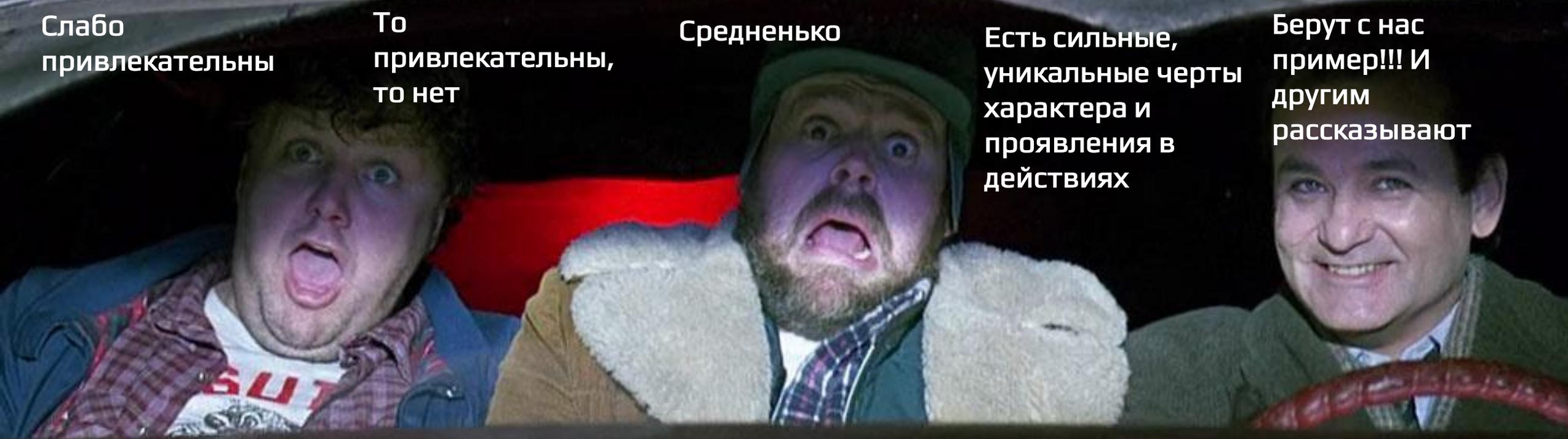
Слабо
привлекательны

То
привлекательны,
то нет

Средненько

Есть сильные,
уникальные черты
характера и
проявления в
действиях

Берут с нас
пример!!! И
другим
рассказывают



Насколько твои сотрудники/
участники тебе привлекательны?
Какие они?

Я — Цель

| Я+К |

Команда — Система



Любознательность,
интерес,
спонтанность,
игра, ...



Ребенок

Авторитет,
смелость сказать
– промолчать –
действовать,
защищать,...



Воин

Принимать,
Понимать,
Замечать,
поддерживать,
отдавать, ...



Наставник

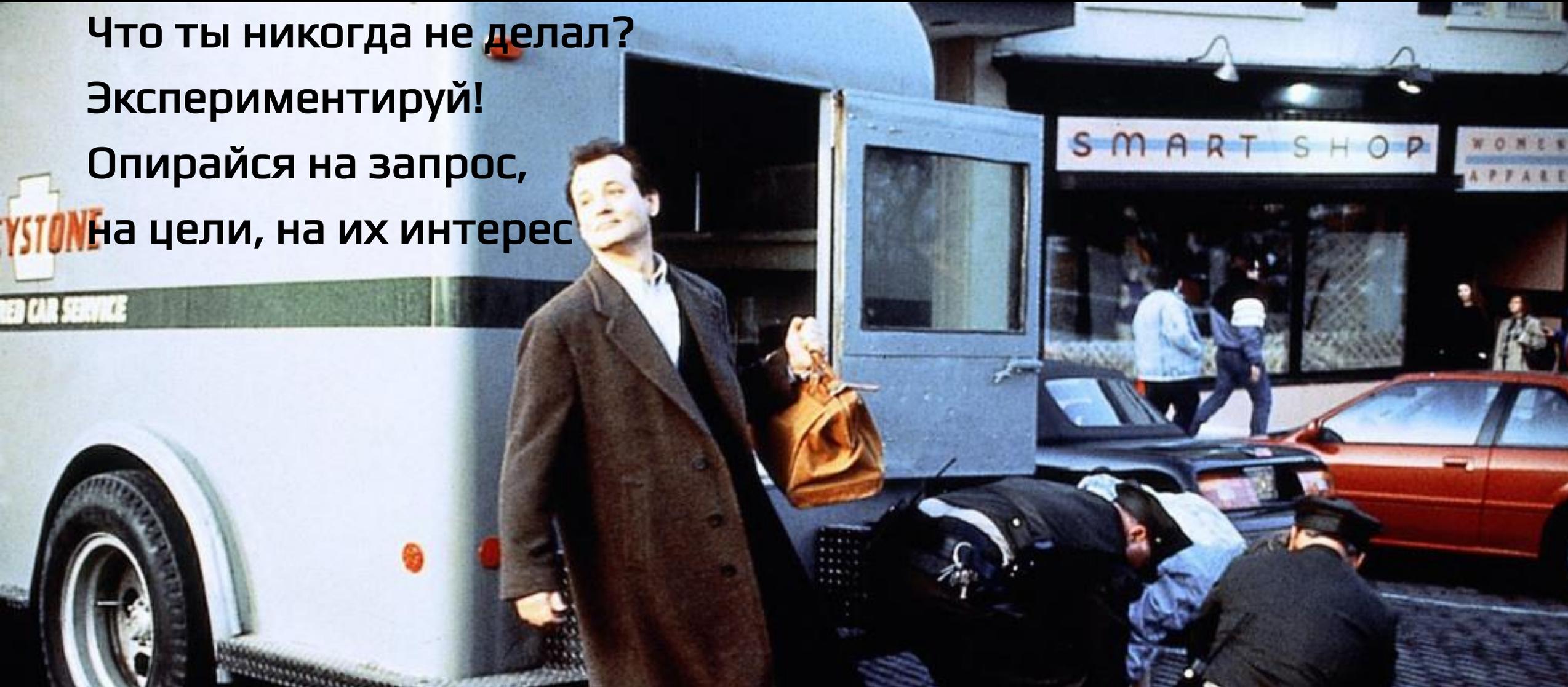
Где КРАЙ того, что ты делаешь?

Что ты никогда не делал?

Экспериментируй!

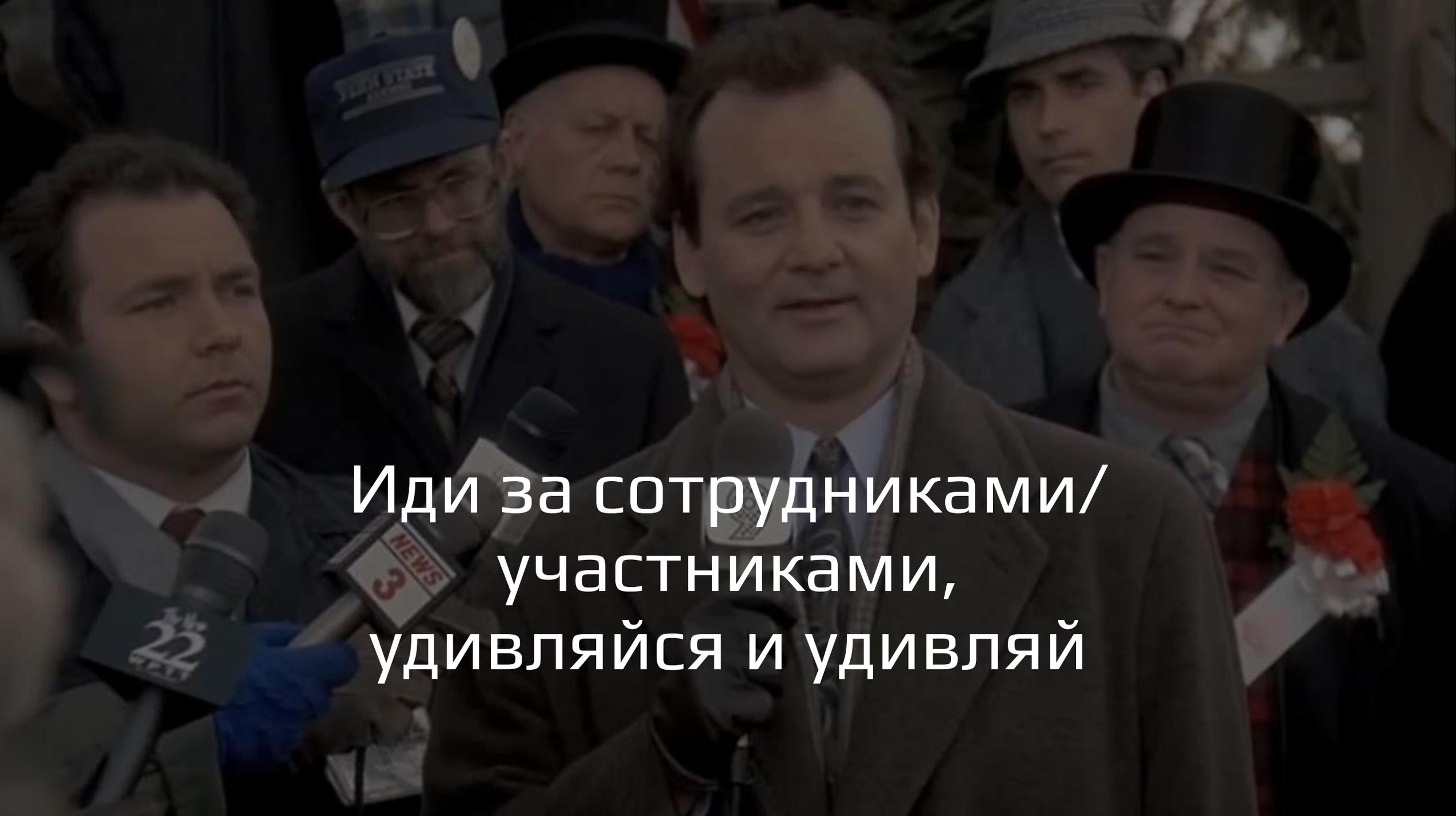
Опирайся на запрос,

на цели, на их интерес



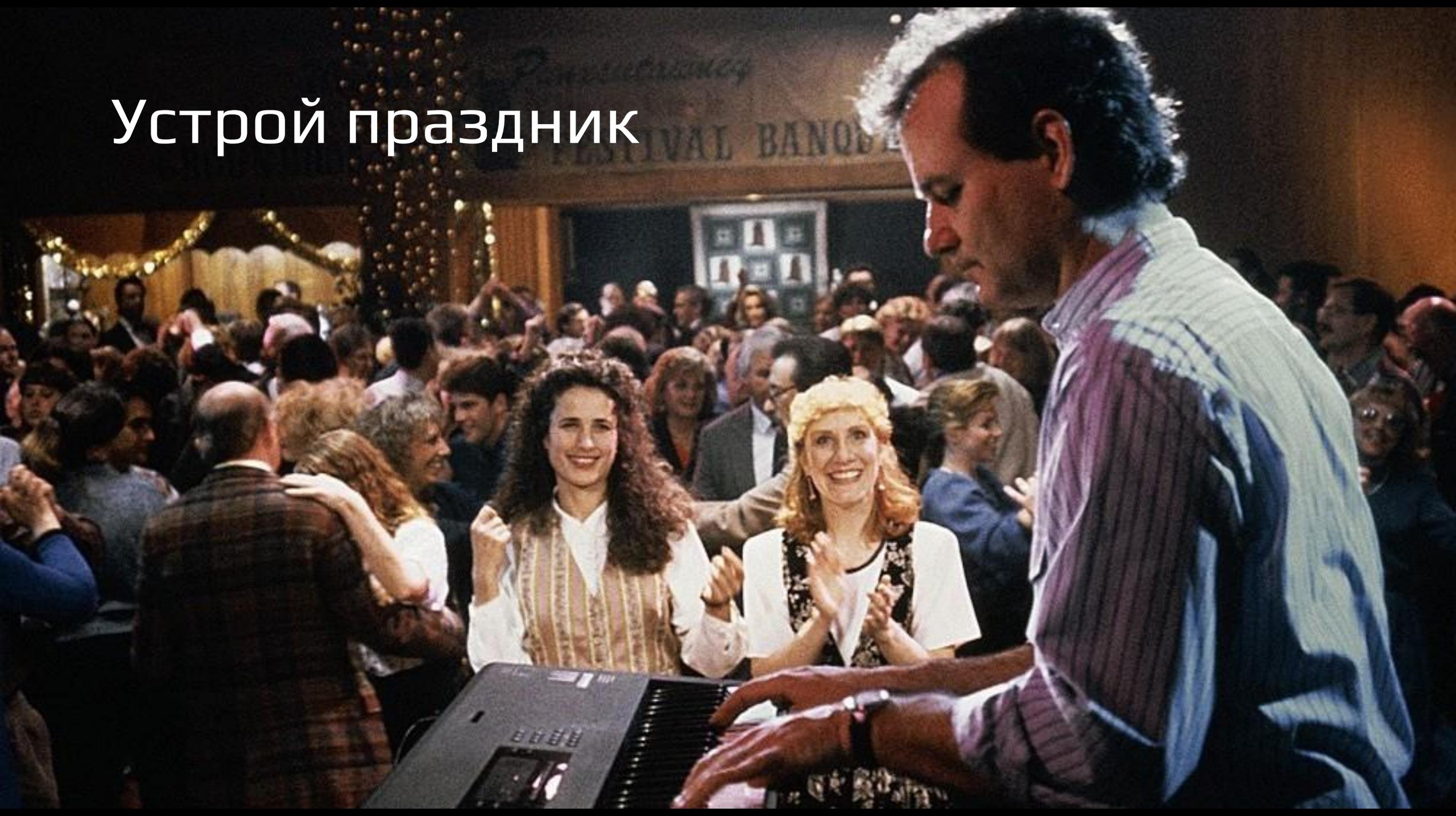
A man and a woman are shown in profile, facing each other in a winter setting. The woman is on the left, with long dark hair, wearing a dark blue coat. The man is on the right, wearing a dark jacket over a light-colored scarf. They are standing in front of a white wooden structure, possibly a gazebo or a decorative archway, which is partially covered in snow. The background shows snow-covered trees and a building with a lit window. The overall scene is dimly lit, suggesting dusk or dawn.

Играй с краем, а не проталкивай себя
за край. «Не причиняй ДОБРО»

A man in a suit is speaking to a group of people. He is surrounded by several microphones, some of which are labeled with news channel numbers like '22' and '3'. The background shows other people, some wearing hats, suggesting an outdoor or public event setting. The overall image has a dark, semi-transparent overlay.

Иди за сотрудниками/
участниками,
удивляйся и удивляй

Устрой праздник



РАБОТАЙ С ТЕМИ, КОГО ХОЧЕШЬ ОБНЯТЬ



Как поживает Ваша энергия?

Поделитесь своими мыслями



Инфографика по книгам



Sasha Dudorov



SashaDudorov

www.personalimage.ru

www.gotraining.ru

www.facilitators.ru

www.sessiondesign.ru