

The logo consists of the text "WEI GROUP" in a white, sans-serif font, centered within a solid orange circle. This circle is itself centered within a larger, thin white circle that spans most of the page's width. The background of the entire page is a photograph of a sailboat's deck and rigging, with a sea and mountains in the distance.

WEI GROUP

**Методичка по самоанализу
для собственников и первых лиц
компаний**

Перед Вами методичка с **тремя техниками** для самостоятельной работы.

Она поможет Вам, если:

- ✓ Вы не уверены, что идете и развиваете свое дело в нужном направлении.
- ✓ Чувствуете, будто никакого направления нет, а сами Вы запутались и пытаетесь ухватиться за показатели, цифры и чужие цели.

Мы уверены в том, что руководителю стоит **«смешивать бизнес и личное»**.

Именно Вы делаете свою компанию такой, какая она есть.

Вы принимаете решения, собираете вокруг себя людей, конструируете процессы исходя из Ваших личных желаний, талантов и представлений о том, как должно быть.

Поэтому мы хотим помочь Вам разобраться в первую очередь с собой.

Когда Вы проясните свои потребности, свое «видение», Вы поймете, куда идти и вести за собой остальных.

В нашей методичке есть **три упражнения** для самоанализа.

Вы найдете фокус с помощью пирамиды Дилтса, потом с ней же определитесь с ролями и, наконец, сформируете для себя видение своего будущего. Это и будет Ваше направление.

Для того, чтобы работа с методичкой была продуктивной, постарайтесь обеспечить себе подходящие условия и соблюдать правила:

- » Выделите специальное время для упражнений – от получаса и больше.
- » Если в упражнении есть пример, ознакомьтесь с ним перед тем как приступать к работе.
- » Проходите задания как Вам удобно – в один прием или разбейте их на несколько частей.
- » Делайте задания в тишине и одиночестве.
- » Не отвлекайтесь на посторонние мысли или действия. Если это невозможно – отложите задания и вернитесь к ним позже.
- » Записывайте ответы на вопросы подробно и понятно. Есть вероятность, что Вы вернетесь к своим записям через некоторое время.
- » Отвечайте на вопросы честно и искренне. Вы здесь, чтобы узнать себя лучше, а не соответствовать какому-то образу.

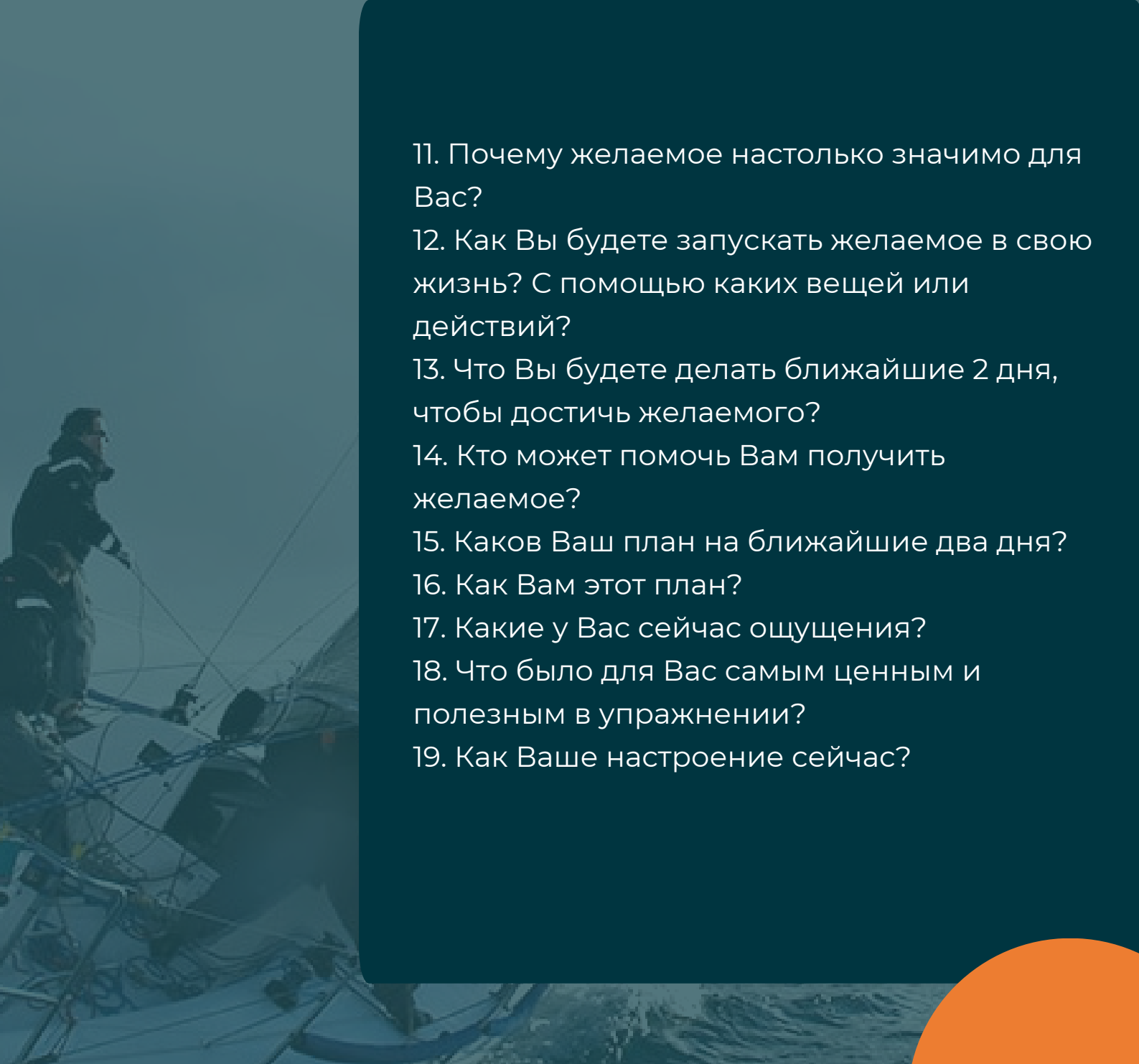
**Время приступить к заданиям.
Желаем Вам удачи и интересных открытий!**


Поиск фокуса с помощью пирамиды Дилтса

Выполняйте упражнение и фиксируйте свои ответы письменно.

1. Что сейчас кажется Вам важным и необходимым? Что Вы хотите сделать, достичь, получить? Обозначим это как желаемое.
2. Как Вы поймете, что получили желаемое?
3. Запишите свой ответ по формуле: «Я получу ... И стану... У меня будет...»
4. Почему желаемое так важно для Вас?
5. Представьте, что Вы получили желаемое. Каким/какой Вы становитесь?
6. Когда Вы стали таким/такой, какие возможности это Вам дало?
7. Есть ли что-то большее, ради чего Вы стремитесь к желаемому?
8. Что в желаемом для Вас самое ценное?
9. Представьте, что Вы получили желаемое. Какие возможности это Вам дало?
10. Когда Вы стремитесь к желаемому, каким/какой Вы становитесь?

Часть 1

- 
11. Почему желаемое настолько значимо для Вас?
 12. Как Вы будете запускать желаемое в свою жизнь? С помощью каких вещей или действий?
 13. Что Вы будете делать ближайшие 2 дня, чтобы достичь желаемого?
 14. Кто может помочь Вам получить желаемое?
 15. Каков Ваш план на ближайшие два дня?
 16. Как Вам этот план?
 17. Какие у Вас сейчас ощущения?
 18. Что было для Вас самым ценным и полезным в упражнении?
 19. Как Ваше настроение сейчас?



Если Вы после этого упражнения чувствуете, что устали или хотите переварить полученные результаты, **отложите упражнения на 2-3 дня.**

За этот срок Вы можете также понять, что то, что Вы написали, не ценно и не подходит Вам.

Это нормально. В этом случае Вы можете сделать упражнение еще раз.

Часть 2



Определение роли

Отвечайте на вопросы и фиксируйте свои ответы письменно:

1. Какие роли Вы хотите сейчас реализовать в своей жизни (во всех ее сферах)?
2. В каком соотношении Вы хотите их реализовать (по каждой роли)? Распишите, сколько процентов Вашего времени Вы хотели бы уделять каждой роли.
3. Что для Вас важно и ценно в этих ролях (по каждой роли)?
4. Опишите себя в каждой из ролей.
5. Теперь, перебирая по одной роли из своего списка, ответьте на следующие вопросы:
 - a. Когда Вы находитесь в этой роли, во что Вы верите? Какие у Вас ценности?
 - b. Как Вы выбираете ИЗ этой роли? На что опираетесь при выборе? Какие у Вас ориентиры?
 - c. Что Вы делаете, когда Вы в этой роли? Как себя ведете?
 - d. Что Вы видите вокруг, когда Вы в этой роли? Какая обстановка рядом с Вами? Какие люди?

Разбор себя по ролям дает **понимание**, как Вы хотите **сбалансировать** свою **жизнь**, спланировать **время** для активности по каждой из ролей в соответствии с их весомостью.

Нужно **отслеживать**, чтобы никакая из ролей **не перетягивала** постоянно на себя Ваши **силы** и время в ущерб другим.

Так **остальные** роли начнут **проваливаться**, и Вы будете ощущать **дисбаланс** в жизни.

Старайтесь **планировать** жизнь, **гармонично** распределяя время между ролями, давать себе **прожить каждую** из них полноценно, **не пытайтесь быть** в один момент и хорошим руководителем и, например, безупречным родителем.

Это **сделает** Вас более **счастливым**, позволит расставлять **приоритеты** и **цели**.

● Техника «Видение»

- ✓ Эта техника **помогает** сформировать **основу** и **границы** для стратегии (личной и деловой), помогает **выявить** лучший способ закрытия потребностей.
- ✓ «Видение» **поможет** Вам найти **мотивацию**, с которой будет легче справиться со **страхами** и **провалами**.
- ✓ Также Вы сможете **определить**, по каким **критериям** Вы принимаете **решения** в различных областях жизни.

«Видение» **делается** на **длительную** дистанцию (5-10 и более лет).

С **помощью** этого упражнения Вы **определитесь**, как хотите **реализовать** следующие **потребности**:

- » **В самосохранении**
(стремление сохранить свою жизнь, обезопасить себя от чего-либо)
- » **В автономии**
(это самостоятельность, способность или право субъекта действовать на основании установленных им самим принципов)
- » **В коммуникации**
(это общение людей в процессе совместной деятельности, обмен информацией, идеями, мыслями)
- » **В уважении и самоуважении**
(чувство, основанное на признании чьих-либо достоинств, заслуг, качеств; почтение. В т.ч. направленные на самого себя.)

Отвечайте на вопросы упражнения **искренне**, не опираясь на шаблоны и чужие мнения.



Давайте определим, что для Вас лично означает:

1

- » самосохранение
- » автономия
- » коммуникация
- » уважение и самоуважение

Опишите подробно.

Чтобы помочь Вам не запутаться и максимально подробно проработать каждый пункт и каждый вопрос, мы создали таблицу с примером:

Потребности	Значения
Самосохранение	<ul style="list-style-type: none">• Прогнозируемый финансовый результат, контроль финансовых успехов и рисков, возможность компенсировать риски• Хорошее физическое и ментальное здоровье. Внимание и любовь к себе• Умение отстаивать свой интерес
Коммуникация	<ul style="list-style-type: none">• Окружение, состоящее из единомышленников• Возможность передавать знания и делиться опытом.• Люди из моего окружения, превосходящие меня по опыту, знаниям и успешности. Те, кто вдохновляет на развитие.• Коммуникация с родными в принятии, с интересом к ним и без моих ожиданий.
Автономия	<ul style="list-style-type: none">• Единоличное владение своим бизнесом + сильная команда• Возможность выбирать партнеров, клиентов, поставщиков и т.п.• Управление личным и рабочем временем. Дни только для себя.• Собственное рабочее пространство
Уважение и самоуважение	<ul style="list-style-type: none">• Возможность быть в кругу единомышленников со схожими ценностями.• Быть высококлассным экспертом и востребованным спикером• Уважение и признание команды вне зависимости от результатов работы.• Уважение собственных границ.

Потребности	Значение	Способ достижения
Самосохранение	<ul style="list-style-type: none"> • Прогнозируемый финансовый результат, контроль финансовых успехов и рисков, возможность компенсировать риски • Хорошее физическое и ментальное здоровье. Внимание и любовь к себе • Умение отстаивать свой интерес 	<ul style="list-style-type: none"> • Построить план продаж на 1, 5 и 12 лет, набрать сильную команду продавцов, найти риск-менеджера и наставника, собрать подушку безопасности. • Найти наставника по ЗОЖ. Выделить утром час на спорт. Придерживаться здоровой диеты. Проходить регулярные медицинские чекапы. • Выбирать себя и принимать последствия этого выбора
Коммуникация	<ul style="list-style-type: none"> • Окружение, состоящее из единомышленников • Возможность передавать знания и делиться опытом. • Люди из моего окружения, превосходящие меня по опыту, знаниям и успешности. Те, кто вдохновляет на развитие. • Коммуникация с родными в принятии, с интересом к ним и без моих ожиданий. 	<ul style="list-style-type: none"> • Определиться со своими ценностями и выбирать людей в соответствии с ними. Посещать мероприятия, развивать нетворкинг. Спокойно относиться к ротации единомышленников. • Посещать мастер-майнды и PEER2PEER мероприятия, выступать спикером. Вступить в клуб по интересам. • Вступить в сообщества успешных людей. Найти бизнес наставника, развивать нетворкинг. Повышать уровень нормы – покупать вил-тарифы курсов, клубов и т.д. • Не давать советы без запроса.

Потребности	Значение	Способ достижения
Автономия	<ul style="list-style-type: none"> • Единоличное владение своим бизнесом + сильная команда • Возможность выбирать партнеров, клиентов, поставщиков и т.п. • Управление личным и рабочем временем. Дни только для себя. • Собственное рабочее пространство. 	<ul style="list-style-type: none"> • Заключать партнерство только с поставщиками. Фиксировать роли в самом начале сотрудничества. • Вести бизнес этично. Собрать большую базу клиентов. Узнать все о продукте и компании. • Вести расписание, соблюдать режим дня. Найти ассистента по бытовым и рабочим задачам. • Организовать домашний кабинет и офис.
Уважение и самоуважение	<ul style="list-style-type: none"> • Возможность быть в кругу единомышленников со схожими ценностями. • Быть высококлассным экспертом и востребованным спикером • Уважение и признание команды вне зависимости от результатов работы. • Уважение собственных границ. 	<ul style="list-style-type: none"> • Определить свои ценности и приоритеты. Формировать круг общения, исходя из них. • Получить актуальные знания, расширить кругозор и эрудицию. Прокачать навык публичной речи. • Без сожаления расставаться с «не своими» людьми. Поддерживать контакт с командой и ее неформальными лидерами. Мотивировать команду. Прокачать лидерские компетенции – курсы, тренинги и т.п. • Обозначать свои границы, выражаясь прямо, без намеков.

Представьте, что Ваши потребности полностью удовлетворены самым оптимальным способом. Опишите, как это будет выглядеть и ощущаться. Это и есть ваше видение.

	Значение	Способ достижения	Идеальная картина реализации
	<ul style="list-style-type: none"> • Прогнозируемый финансовый результат, контроль финансовых успехов и рисков, возможность компенсировать риски • Хорошее физическое и ментальное здоровье. Внимание и любовь к себе • Умение отстаивать свой интерес 	<ul style="list-style-type: none"> • Построить план продаж на 1, 5 и 12 лет, набрать сильную команду продавцов, найти риск-менеджера и наставника, собрать подушку безопасности. • Найти наставника по ЗОЖ. Выделить утром час на спорт. Придерживаться здоровой диеты. Проходить регулярные медицинские чекапы. • Выбирать себя и принимать последствия этого выбора 	<ul style="list-style-type: none"> • Продажи через 1 год равны xxx, через 5 лет – ууу, через 12 - zzz. Личный капитал к 2036 году – xxx млн. рублей. Встречи с бизнес-наставником - 2 раза в месяц. Команда продавцов выполняет план на 110%. 70% клиентов совершают повторные покупки. • Я работаю до 8 часов в день, не реже одного раза в год прохожу скрининг здоровья, посещаю спортивные занятия не реже 1-2 раз в неделю. • Я свободно и без сожаления отказываюсь от всего, что мне не подходит. Соглашаюсь на то, что вызывает драйв и сильный интерес.

Значение	Способ достижения	Идеальная картина реализации
<ul style="list-style-type: none"> • Окружение, состоящее из единомышленников. • Возможность передавать знания и делиться опытом. • Люди из моего окружения, превосходящие меня по опыту, знаниям и успешности. Те, кто вдохновляет на развитие. • Коммуникация с родными в принятии, с интересом к ним и без моих ожиданий. 	<ul style="list-style-type: none"> • Определиться со своими ценностями и выбирать людей в соответствии с ними. Посещать мероприятия, развивать нетворкинг. Спокойно относиться к ротации единомышленников • Посещать мастер-майндсы и PEER2PEER мероприятия, выступать спикером. Вступить в клуб по интересам. • Вступить в сообщества успешных людей. Найти бизнес наставника, развивать нетворкинг. Повышать уровень нормы – покупать vip-тарифы курсов, клубов и т.д. • Не давать советы без запроса. 	<ul style="list-style-type: none"> • Состою в сообществе людей, с которыми могу делиться идеями и мнениями, посещаю сообщество не реже 1 раза в месяц. • Я сотрудничаю с образовательными платформами, получаю 3-4 запроса на спикерство в месяц в России и за рубежом. У меня есть свой образовательный продукт. У меня есть свой акселератор. • Я состою в сообществе, где у участников доход в 3 раза выше, чем у меня. У меня есть наставник со схожими ценностями. Я регулярно знакомлюсь с теми, кто меня превосходит (1-2 знакомства в месяц). • Общаюсь с сыном, мамой/папой не реже 1 раза в 2 недели, интересуюсь ими и их жизнью, оценки и советы не даю, если не просят.

Значение

Способ достижения

Идеальная картина реализации

- Единоличное владение своим бизнесом + сильная команда
- Возможность выбирать партнеров, клиентов, поставщиков и т.п.
- Управление личным и рабочем временем. Дни только для себя.
- Собственное рабочее пространство.

- Заключать партнерство только с поставщиками. Фиксировать роли в самом начале сотрудничества.
- Вести бизнес этично. Собрать большую базу клиентов. Узнать все о продукте и компании.
- Вести расписание, соблюдать режим дня. Найти ассистента по бытовым и рабочим задачам.
- Организовать домашний кабинет и офис.

- Являюсь мажоритарным собственником своего бизнеса, имею преимущественное право голоса, 60% сотрудников - типа «сотрудник 1,2» (делает несколько больше, чем от него ожидают), 30% сотрудников уровня квалификации «senior», 50% сотрудников уровня квалификации «middle», 20% сотрудников уровня «junior». Эффективно работает конвейер подготовки кадров. Отзывы о работе команды 5 из 5.
- Я увеличил ценность своего продукта. У меня отличная репутация. Я развил личный бренд и попал в top of mind аудитории (первая пятерка)
- Я соблюдаю границы рабочего и личного времени. У меня есть дни для себя.
- Обстановка моего кабинета в офисе вдохновляет меня на работу. Есть окно с красивым панорамным видом. Дома есть рабочий кабинет с ограниченным доступом.

	Значение	Способ достижения	Идеальная картина реализации
У В А Ж Е Н И Е И С А М О У В А Ж Е Н И Е	<ul style="list-style-type: none"> • Быть высококлассным экспертом и востребованным спикером. • Уважение и признание команды вне зависимости от результатов работы. • Уважение собственных границ. 	<ul style="list-style-type: none"> • Получить актуальные знания, расширить кругозор и эрудицию. Прокачать навык публичной речи. • Без сожаления расставаться с «не своими» людьми. Поддерживать контакт с командой и ее неформальными лидерами. Мотивировать команду. Прокачать лидерские компетенции – курсы, тренинги и т.п. • Обозначать свои границы, выражаясь прямо, без намеков. 	<ul style="list-style-type: none"> • Я ежегодно прокачиваю 3 новых навыка, актуальных для меня. • Мой рейтинг внутри команды как лидера компании не ниже 9 из 10 баллов. • Я контролирую свои границы и не нарушаю чужие. О последствиях нарушения моих границ предупреждаю, затем применяю санкции. В моем круге нет токсичных людей.

4

Опишите свое видение подробнее.
Какие важные детали в нем есть?

5

Смотрели ли Вы в сторону трендов в этом направлении? Может быть, анализировали имеющиеся и прогнозируемые возможности?

6

Какие риски Вы видите на своем пути к удовлетворению этих потребностей?

7

Как их можно преодолеть?
Как подстраховаться?

8

Подумайте, какие ресурсы могут понадобиться
Вам для реализации видения?
(деньги и др. материальные ресурсы, время, силы).

9

Какие у Вас сейчас ощущения?

10

Что было для Вас наиболее ценным, полезным в этом упражнении?

11

Как Ваше настроение?

По результату упражнения оцените, насколько текущая ситуация соответствует Вашему видению, где есть расхождения, почему они возникли.

Постарайтесь понять, какой из стратегических разрывов между реальностью и видением самый крупный, где именно нужны кардинальные изменения и решения.

Попробуйте проанализировать этот разрыв по технике «Ромашка»

(техника из Теории ограничения систем на поиск корневого ограничения, сдерживающего изменения).

[Ссылка на описание и демонстрацию техники](#)

«Ромашку» чаще используют для командной работы, но эта техника также хорошо подходит и для проработки личных ограничений.

Она поможет Вам найти причины, по которым Вы все еще не достигли своего видения, и выработать конкретный план действий.

Все три задания позади.

Надеемся, Вы извлекли из них пользу и получили ответы на свои вопросы.

К этой методичке Вы можете вернуться снова, как только почувствуете потребность в ней.

Если у Вас возникли **трудности** с самоанализом при использовании этих техник, рекомендуем **обратиться к специалисту**, который поможет смодерировать работу над упражнениями. Так самоанализ пройдет гораздо продуктивнее!



Автор методички - Анна Боровая, партнер по развитию и руководитель направления «Стратегия и маркетинг» компании WEI Group.



Методичку для Вас собрала и подготовила **команда WEI Group**.



Упражнения взяты из **практик коучинга**, которые используют трекаеры и коучи для **проработки** видения и построения стратегий **с первыми лицами компаний**.

Все вопросы по методичке Вы можете задать автору, **Анне Боровой**



Подписывайтесь на Блог по управлению компании **WEI Group**

В нем Вы найдете актуальные инструменты для управленцев по теме стратегии, команды, управления, бизнес-процессов и др.



Контакты WEI Group

- » www.weigroup.ru
- » mail@weigroup.ru
- » +7 (909) 999-89-85

Мы будем рады получить Ваш отзыв о методичке и упражнениях – оставьте его **здесь**.

