

Иванов  
Иван Иванович

Бизнес-профиль  
Отчёт «Карьерное консультирование»

**ИНФОРМАЦИЯ О ТЕСТИРОВАНИИ**

ДАТА ТЕСТИРОВАНИЯ	02.04.2022 11:27:23
ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ТЕСТИРОВАНИЯ	00:53:55

**ИНФОРМАЦИЯ О РЕСПОНДЕНТЕ**

ДАТА РОЖДЕНИЯ	09.09.2000
ПОЛ РЕСПОНДЕНТА	мужской

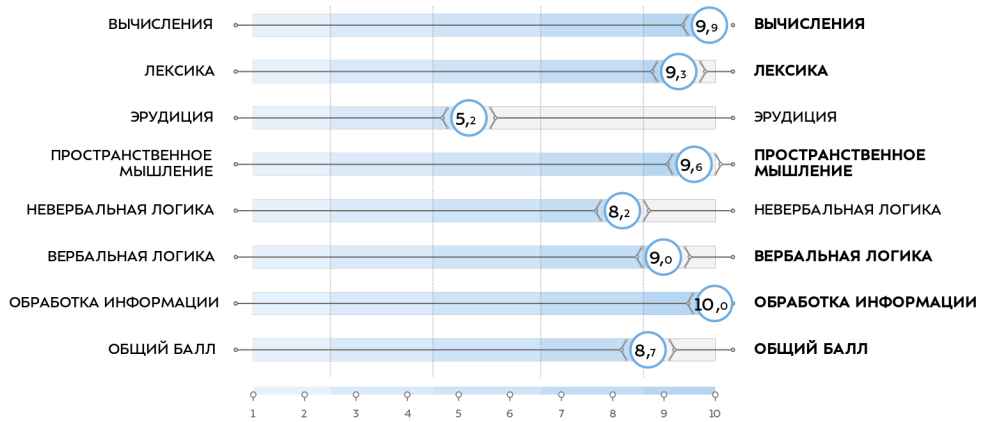


LOGO

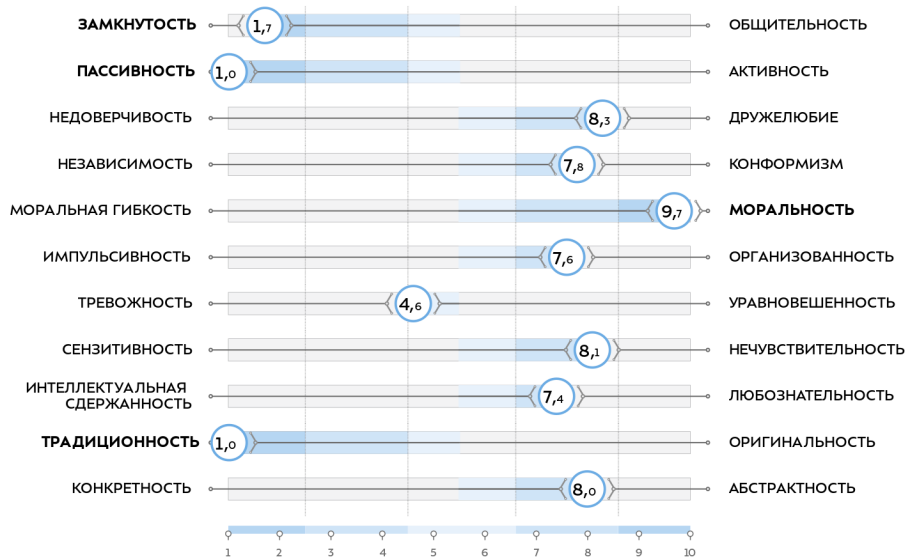


## ПРОФИЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

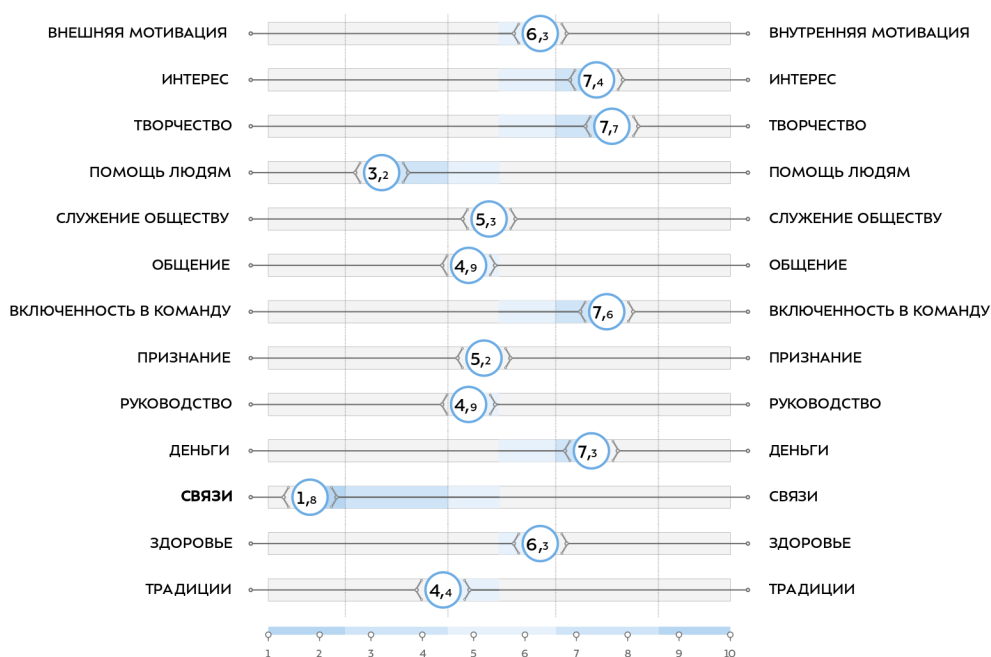
### Факторы по блоку «ОСОБЕННОСТИ ИНТЕЛЛЕКТА»



### Факторы по блоку «КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ»



### Факторы по блоку «МОТИВАЦИЯ»



## РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ПРОФЕССИИ

	НАЗВАНИЕ ПРОФИЛЯ	КОЭФ-Т СХОДСТВА
1	Биофизик, инженер медицинского оборудования	0.69
2	Программист	0.68
3	Аналитик данных	0.67
4	Инженер-электронщик	0.64
5	Финансовый аналитик	0.62
6	Экономист	0.60
7	Педагог технических наук	0.59
8	Специалист по защите информации	0.58
9	Химик	0.57
10	Веб-дизайнер	0.56
11	Врач-стоматолог, зубной техник	0.55
12	Переводчик, филолог	0.54

В таблице даны оценки схождения ваших психологических особенностей с психологическими особенностями «эталонных» представителей разных профессий. «Эталонные» представители профессий – это успешные работники. В списке приводятся 12 наиболее близких вам по психологическим особенностям профессий. Следует обращать внимание не на конкретные названия профессий, а на особенности условий работы и выполняемых задач. Схожие условия работы и типы задач могут быть близки вам. Максимальное значение коэффициента схождения – 1. Коэффициент больше 0,7 – высокая степень схождения, от 0,5 до 0,7 – средняя.



## ОПИСАНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

### СТРУКТУРА ИНТЕЛЛЕКТА

#### **++ ВЫЧИСЛЕНИЯ**

Ваш результат значительно выше среднего. Это означает, что в условиях ограничения времени Вы способны гораздо быстрее и точнее, чем большинство других людей, решать математические задачи и анализировать числовую информацию. У Вас отлично развита способность считать в уме, видеть закономерности в числовых рядах и находить принцип решения задач.

#### **++ ЛЕКСИКА**

Ваш результат значительно выше среднего. Это означает, что Вы справились с заданиями гораздо лучше, чем большинство других людей. Вероятно, Вы обладаете богатым словарным запасом и хорошей грамотностью: грамматически и стилистически корректно выстраиваете предложения, верно расставляете знаки препинания и без ошибок пишете трудные слова.

#### **+/- ЭРУДИЦИЯ**

Вы получили средний результат: справились с заданиями так же успешно, как большинство других людей. В целом, Вы обладаете достаточно широким кругозором и неплохо ориентируетесь в разных сферах общественной жизни: науке, искусстве, экономике, политике и т. д. Вас нельзя назвать человеком узких интересов, однако, если Вы хотите с уверенностью поддерживать разговор на любую тему и повышать эрудированность, активно следите за событиями в стране и мире, читайте больше книг и журналов на разные темы.

#### **++ ПРОСТРАНСТВЕННОЕ МЫШЛЕНИЕ**

Ваш результат значительно выше среднего. Это означает, что Вы справились с заданиями на умение работать с наглядной, пространственной информацией гораздо лучше, чем большинство других людей. У Вас очень хорошо развита способность создавать, анализировать пространственные образы и мысленно оперировать ими: вращать, преобразовывать, сравнивать и т. д.

#### **+ НЕВЕРБАЛЬНАЯ ЛОГИКА**

Ваш результат выше среднего. Это означает, что Ваш уровень развития логического мышления и способности к анализу невербальной информации выше, чем у большинства других людей. Вы хорошо владеете основными базовыми мыслительными операциями: понимание части и целого, анализ и синтез, классификация, сравнение, обобщение, абстрагирование. Эти операции составляют основу абстрактного мышления и определяют потенциал человека к работе с незнакомой ранее информацией и к усвоению новых знаний. Ваш результат позволяет прогнозировать успешность в обучении и эффективность в аналитической деятельности.

#### **++ ВЕРБАЛЬНАЯ ЛОГИКА**

Ваш результат значительно выше среднего. Это означает, что способность рассуждать и строить логику высказываний развита у Вас значительно лучше, чем у большинства других людей. Вы очень хорошо понимаете и анализируете текстовую информацию, делаете логически верные выводы из данных условий, видите закономерности и противоречия в словах.

#### **++ ОБРАБОТКА ИНФОРМАЦИИ**

Ваш результат значительно выше, чем у большинства других людей. Вы можете удерживать в фокусе внимания большой объем информации, способны сосредоточиться, аккуратны и внимательны, что, вероятно, позволяет Вам эффективно справляться с кропотливой, требующей скорости и одновременно высокой точности работой. Скорее всего, Вы достаточно наблюдательны: от Вас не ускользают ошибки, неточности и мелкие детали, даже если объем анализируемой или проверяемой информации довольно велик.

## ЛИЧНОСТЬ

### **++ ЗАМКНУТОСТЬ**

Вы замкнутый и сдержанный в общении человек, предпочитающий оставлять при себе свои мысли и чувства.

Вы готовы к уединённой работе, Вас не тяготит необходимость молчания. Вы долго присматриваетесь к человеку, прежде чем открыться ему, предпочитаете глубину общения большому количеству светских разговоров и мимолётных знакомств. Вы любите говорить по делу, фокусироваться на теме разговора, не уходя в сторону и не углубляясь в незначимые детали.

В то же время, в ситуациях неформального общения с малознакомыми людьми Вам сложно первому завязать разговор и долгое время поддерживать беседу. Другим людям Вы можете казаться отчуждённым и погружённым в себя. Общение и взаимодействие с людьми, как правило, отнимает у Вас много энергии и сил, Вам необходимы личное пространство и отдых в одиночестве.

Ваша замкнутость может быть полезна там, где необходимо большую часть времени работать в одиночестве или в знакомом и постоянном кругу коллег, где общение с клиентами и другими незнакомыми людьми носит эпизодический или сугубо формальный характер.

### **++ ПАССИВНОСТЬ**

Вы очень спокойный и размеренный в своих действиях и решениях человек, стремитесь экономно и целенаправленно расходовать энергию.

Вы не ищете острых ощущений и стараетесь избегать любого риска, проявляете осторожность и думаете о последствиях, прежде чем принять решение. Яркие впечатления и новые ощущения впускаете в свою жизнь дозированно, маленькими порциями.

Вас привлекают стабильность, определённость и размеренность – обстановка, в которой можно сосредоточиться и не тратить силы на бесцельную суету и беспокойство.

При этом Вам не всегда хватает решительности, смелости и просто силы желания, чтобы пойти на риск, проявить инициативу. Работа в условиях конкуренции, многозадачности и неопределённости негативно сказывается на Вашем самочувствии и эффективности.

Такая личностная особенность вряд ли поможет Вам в работе, связанной с риском и постоянными переменами, но будет преимуществом там, где требуется вдумчивость и осторожность в принятии решений.

### **+ ДРУЖЕЛЮБИЕ**

Вы достаточно дружелюбный и доброжелательный человек, с пониманием относитесь к ошибкам и несовершенствам других людей.

Чаще всего Вы вежливы, тактичны и миролюбивы, стремитесь поддерживать хорошие отношения и обходить "острые углы". Вы редко отвечаете грубостью на грубость, критикой на критику, предпочитаете избегать конфликтов и решать разногласия мирным путём.

Иногда Ваша мягкость, может мешать Вам проявлять достаточную жёсткость, строгость и требовательность. Вы можете испытывать некоторый дискомфорт при необходимости наказывать, отдавать распоряжения, высказывать замечания и критику.

Дружелюбие может помочь Вам в работе, требующей устанавливать доверительный контакт с другими людьми, выстраивать отношения с коллегами и/или клиентами, в деятельности, связанной с обучением, наставничеством, консультированием.

### **+ КОНФОРМИЗМ**

Для Вас достаточно важно мнение окружающих, и Вы стремитесь поддерживать с ними хорошие отношения.

Как правило, Вы принимаете во внимание советы и рекомендации других людей, выслушиваете мнение каждого, прежде чем принять важное решение. Сохранить хорошие отношения и избежать конфликта для Вас важнее, чем доказать свою правоту.

При этом иногда Вам не хватает настойчивости, когда необходимо защитить свою точку зрения, настоять на своём. Сопrotивление влиянию более авторитетного человека или давлению группы даётся Вам нелегко.

Такая уступчивость может быть полезна там, где необходимо собирать и консолидировать разные мнения, выстраивать отношения между людьми.

**++ МОРАЛЬНОСТЬ**

В своём поведении Вы стремитесь придерживаться общепринятых правил и моральных норм. Вы честны, не готовы идти на компромиссы с совестью. Вы не приемлете хитрость и манипуляцию, придерживаетесь правила: "Поступайте по отношению к другим так, как Вы хотели бы, чтобы они поступали по отношению к Вам".

Однако такая жёсткая приверженность правилам может делать Ваше поведение негибким. Вы склонны действовать, как предписывает буква закона, даже тогда, когда нарушение правила, очевидно, не приведёт ни к каким последствиям, а позволит с большей эффективностью добиться высоких результатов. Кроме этого Ваша принципиальность может снижать Вашу терпимость по отношению к окружающим и приводить к конфликтам.

Высокая моральность делает Вас ценным работником в сфере, связанной с контролем качества и соблюдением стандартов, требующей жёстко придерживаться установленных правил и норм. Однако помните, что мир не состоит только из чёрного и белого, хорошего и плохого, в нём есть и полутона.

**+ ОРГАНИЗОВАННОСТЬ**

Вы достаточно организованный и дисциплинированный человек.

Вам свойственно планировать свой день заранее, работать последовательно и не спеша, но качественно и основательно. Чаще всего Вы пунктуальны, исполнительны и обязательны, стараетесь соблюдать правила и инструкции, серьёзно относитесь к данным обещаниям и принятым договорённостям.

В то же время Вы не очень любите ситуации неопределённости и многозадачности, предпочитаете иметь дело с такими же, как Вы, дисциплинированными и обязательными людьми.

Организованность может помочь Вам в работе, требующей точности, аккуратности, чёткого следования планам и инструкциям, соблюдения формальностей.

**+/- ТРЕВОЖНОСТЬ – УРАВНОВЕШЕННОСТЬ**

Вас нельзя назвать ни чрезмерно уравновешенным и равнодушным, ни крайне тревожным и эмоциональным человеком. Вы достаточно спокойны и не склонны переживать по пустякам или долго сомневаться, принимая решения. Однако порой Вас одолевают тревоги и мысли о возможных неудачах, особенно в очень ответственных и значимых для Вас обстоятельствах. То, с какой стороны Вы проявите себя, во многом зависит от внешних условий и Вашего самочувствия в конкретной ситуации.

**+ НЕЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ**

Вам свойственно воспринимать мир с точки зрения практической пользы, Вас в меньшей степени интересуют эстетика и эмоции.

Вы достаточно неприхотливы, прагматичны и рациональны. Не уделяете много внимания внешним характеристикам вещей: красоте обёртки, стилю и дизайну; для Вас важнее функциональные характеристики, назначение и польза. В отношениях с людьми Вам свойственно больше опираться на факты и конкретное поведение, придавая второстепенное значение чувствам и эмоциям.

Однако иногда Ваша практичность может восприниматься окружающими как чёрствость и равнодушие и затруднять понимание Вами потребностей и чувств других людей.

Нечувствительность может пригодиться Вам на работе в условиях сниженного комфорта и жёсткого авторитарного руководства, а также там, где требуется ориентация на результат, практическую пользу и корректную работу продукта или услуги, а не на красоту и удобство.

**+ ЛЮБОЗНАТЕЛЬНОСТЬ**

Вам свойственна любознательность, открытость новым знаниям и опыту.

Вам нравится учиться и узнавать новое не только в рамках своей текущей специализации, но и в других, не связанных с Вашей работой областях. Вы готовы тратить время и силы на самообразование. Новый опыт и неизвестность вызывают у Вас воодушевление и энтузиазм.

Впрочем, иногда Вы можете излишне расплываться и тратить время и энергию на изучение чего-то, что Вам никогда не пригодится, вместо того чтобы углублять свою экспертизу и накапливать опыт в том, что Вы уже знаете и умеете.

Любознательность, несомненно, пригодится Вам в работе, связанной с разработкой и внедрением инноваций, требующей вникать в суть смежных вопросов, отслеживать новинки и осваивать новые технологии.

### **++ ТРАДИЦИОННОСТЬ**

Вы консервативный человек, придерживающийся традиционных принципов и способов поведения. Вы предпочитаете классический стиль, не стремитесь выделяться среди окружающих своим внешним видом, манерами или увлечениями. Вы цените обычаи и традиции и, вероятно, не будете испытывать никаких неудобств, если придётся соблюдать дресс-код и действовать по регламенту. Традиционность может пригодиться Вам в работе, где требуется соблюдать формальности и придерживаться общепринятых правил и норм, где ограничивается свобода самовыражения и мало места инновационности и нестандартным подходам.

### **+ АБСТРАКТНОСТЬ**

Вы предпочитаете мыслить абстрактно, выделять главное и отбрасывать всё несущественное. Вероятно, Вы из тех людей, которым свойственно видеть возможности, разрабатывать стратегию, намечать общие направления и перспективы, предлагать идеи. При этом Вы склонны слушать свой внутренний голос и доверять интуиции. Вероятно, порой Вы задумываетесь о своём призвании и предназначении, любите пофилософствовать и пофантазировать. В то же время Вам не свойственно погружаться в тонкости и детали. Вам может не хватать тщательности в проработке своих идей и конкретных шагов по реализации намеченных целей. Абстрактность может пригодиться Вам в работе, связанной с разработкой новых идей, анализом, стратегическим планированием и проведением исследований.

## **МОТИВАЦИЯ**

### **+/- ВНЕШНЯЯ/ВНУТРЕННЯЯ МОТИВАЦИЯ**

То, чем именно Вы занимаетесь, и то, что Вы за это получаете, важно для Вас примерно в равной степени. Вы хотели бы, чтобы работа доставляла удовольствие, соответствовала Вашим интересам и ценностям, способствовала самореализации, но при этом не упускаете из виду прагматические аспекты: размер заработной платы, условия работы, перспективы карьерного роста, престижность компании и т. п. В Ваших профессиональных стремлениях сбалансированно сочетаются идеализм и практичность.

### **+ ИНТЕРЕС К ПРОЦЕССУ**

Выбирая работу, Вы ориентируетесь на то, что интересно, нравится и доставляет удовольствие. Если работа Вам по душе, Вы готовы прикладывать усилия и достигать цели ради наслаждения процессом труда и полученным результатом. Как правило, Вас не нужно заставлять или дополнительно мотивировать. Вам нелегко долгое время заниматься неинтересной, монотонной и однообразной работой. Работа должна быть не тяжким бременем, а приносить радость. Однако Вы понимаете, что, как наша повседневная жизнь не состоит только из радостей и наслаждений, так и на работе стоит быть готовым порой делать не то, что нравится, а то, что необходимо.

### **+ ТВОРЧЕСТВО**

Вы ориентированы на творческую и самостоятельную работу. Вы хотели бы иметь возможность претворять в жизнь собственные идеи, преобразовывать окружающую действительность, усовершенствовать существующее или создавать что-то новое. Вы стремитесь реализовать свои способности и развиваться в процессе решения рабочих задач. В то же время Вы понимаете, что даже самая творческая работа включает в себя элементы рутины, необходимость действовать по шаблону и соблюдать устоявшиеся правила. Однако это не должно Вас пугать, как говорил Томас Эдисон: "Изобретение – это 10 процентов вдохновения и 90 процентов пота".

### **- ПОМОЩЬ ЛЮДЯМ**

Вам не очень важно, приносит ли Ваша работа пользу людям, с которыми Вы взаимодействуете. В настоящий момент в работе Вы не стремитесь оказывать помощь и поддержку людям, обеспечивать их благополучие. Вы не мотивированы на деятельность, предполагающую сервисное обслуживание, консультирование или иные формы заботы о потребностях других, включая клиентов. Более значимыми для Вас оказываются иные аспекты работы.

### **+/- СЛУЖЕНИЕ ОБЩЕСТВУ**

Вы нейтрально относитесь к тому, приносит ли Ваша работа пользу обществу. Вы не отрицаете важность

личного участия в достижении общественно значимых целей, не исключаете для себя возможность работать на благо общества и государства, но при выборе сферы деятельности ориентируетесь на другие, более значимые мотивы.

#### **+/- ОБЩЕНИЕ**

Вы нейтрально относитесь к тому, насколько интенсивным и доверительным является общение с коллегами и клиентами на работе. С одной стороны, Вы не против общения и Вам приятно работать с интересными и дружелюбно настроенными людьми. С другой стороны, при выборе сферы деятельности Вы главным образом ориентируетесь на другие, более значимые факторы.

#### **+ ВКЛЮЧЕННОСТЬ В КОМАНДУ**

Вы ориентированы скорее на командный стиль взаимодействия с коллегами. Вы хотите работать в составе сильной и сплочённой группы друзей и единомышленников, объединённых общей целью. Включённость в команду даёт Вам ощущение защищённости и веру в успех. Если Вы доверяете своим коллегам и можете рассчитывать на их поддержку и помощь, то готовы прилагать усилия ради достижения общей цели.

#### **+/- ПРИЗНАНИЕ**

Как и большинству других людей, Вам приятно, когда Вас хвалят и высоко оценивают. Однако внешняя оценка заслуг, персональное отношение, известность в профессиональном кругу – не самые важные для Вас факторы при выборе сферы деятельности.

#### **+/- РУКОВОДСТВО**

Карьерный рост не так важен для Вас, как другие аспекты работы. В зависимости от требований ситуации Вы готовы сочетать и управленческие, и исполнительские функции.

#### **+ ДЕНЬГИ**

Вы ищете работу, которая позволит Вам зарабатывать сейчас достаточно и увеличивать доход в будущем. Это вполне естественно и логично до тех пор, пока деньги не становятся самоцелью. Однако, по всей видимости, Вы это понимаете. Хотя величина заработной платы и является для Вас важным фактором, Вы не готовы пренебречь всем ради высокого дохода.

#### **-- СВЯЗИ**

Вам чужд целенаправленный поиск поддержки и покровительства более влиятельных и компетентных людей. Вы не воспринимаете новые знакомства с точки зрения возможных выгод для решения рабочих и личных проблем. Вероятно, Вы предпочитаете во всём полагаться сами на себя или считаете неэтичным пользоваться выгодами от взаимоотношений. Однако взгляните на это с другой стороны. Вы бы отказались порекомендовать кому-то Вашего друга – хорошего профессионала в своём деле? Связи – это не обязательно блат или использование другого в своих целях. Это, в первую очередь, заслуженные рекомендации и взаимные услуги.

#### **+/- ЗДОРОВЬЕ**

Вы в умеренной степени ориентируетесь на комфорт и безопасность условий труда. Маловероятно, что Вы готовы испытывать постоянный стресс и напряжение, работать в опасных условиях, ставя под угрозу своё здоровье. Однако кратковременные периоды стресса, неопределённости, больших нагрузок, периодическая необходимость переработок Вас вряд ли сильно пугают.

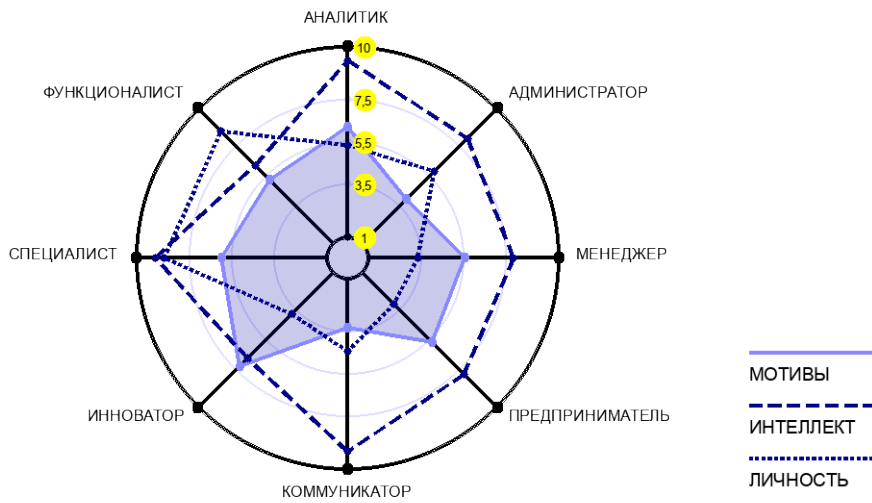
#### **- ТРАДИЦИИ**

Профессиональные традиции близкого окружения не представляют для Вас особой ценности. Скорее всего, при выборе сферы деятельности Вы в первую очередь ориентируетесь на свои личные желания и потребности, нежели на привычки и традиции семьи и близкого круга общения. Вероятно, Вас привлекает возможность попробовать что-то новое, проявить самостоятельность при выборе того, что делать и как делать.

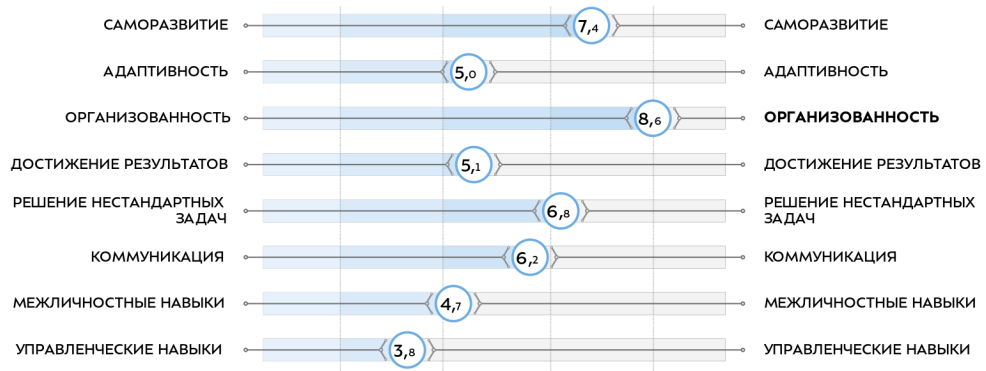




## ВЕКТОР КАРЬЕРЫ



## КОМПЕТЕНЦИИ





## ПРОГНОЗ ПРОЯВЛЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

В данном отчете представлены оценки потенциала к проявлению компетенций. Они основываются на анализе психологических особенностей респондента и отражают его изначальный потенциал к проявлению той или иной компетенции. Конкретное поведение человека будет зависеть также от его знаний, опыта, установок и внешних условий.

**Правила интерпретации баллов:**

от 1 до 2,4 – низкий потенциал для проявления компетенции;

от 2,5 до 4,4 – сниженный потенциал для проявления компетенции;

от 4,5 до 6,5 – средний потенциал для проявления компетенции;

от 6,6 до 8,5 – умеренно выраженный потенциал для проявления компетенции;

от 8,6 до 10 – выраженный потенциал для проявления компетенции.

**САМОРАЗВИТИЕ** (умеренно выраженный потенциал для проявления компетенции)

Эксперт оценил потенциал к проявлению компетенции «Саморазвитие» на уровне 8,5. Это означает, что у респондента есть потенциал для проявления этой компетенции, но он не является высоким. Для того чтобы повысить этот потенциал, рекомендуется обратить внимание на следующие аспекты: развитие навыков самообучения, повышение мотивации к обучению, поиск новых источников информации, участие в образовательных программах, наставничество и т.д.

КАЧЕСТВА, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ	КАЧЕСТВА, ПРЕПЯТСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ
<ul style="list-style-type: none"> <li>• выраженное стремление к творческой работе, желание создавать что-то новое, реализуя свои способности</li> <li>• хорошая обучаемость: умение учиться на своих ошибках, делать выводы из прошлого опыта</li> <li>• дружелюбие, доброжелательность, отзывчивость, миролюбивость, тактичность</li> <li>• любознательность, открытость новым знаниям и опыту</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• не выявлено</li> </ul>

**АДАПТИВНОСТЬ** (средний потенциал для проявления компетенции)

Эксперт оценил потенциал к проявлению компетенции «Адаптивность» на уровне 6,5. Это означает, что у респондента есть потенциал для проявления этой компетенции, но он не является высоким. Для того чтобы повысить этот потенциал, рекомендуется обратить внимание на следующие аспекты: развитие навыков адаптации к изменениям, повышение гибкости мышления, поиск новых решений, участие в проектах, требующих адаптации к новым условиям, развитие навыков коммуникации и т.д.

КАЧЕСТВА, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ	КАЧЕСТВА, ПРЕПЯТСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ
<ul style="list-style-type: none"> <li>• выраженное стремление идти своим путем, пробовать новые и нестандартные приемы</li> <li>• любознательность, открытость новым знаниям и опыту</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ярко выраженные размеренность и осторожность; неготовность рисковать, работать в условиях многозадачности и неопределённости</li> </ul>

**ОРГАНИЗОВАННОСТЬ** (выраженный потенциал для проявления компетенции)

Эксперт оценил потенциал к проявлению компетенции «Организованность» на уровне 8,5. Это означает, что у респондента есть потенциал для проявления этой компетенции, но он не является высоким. Для того чтобы повысить этот потенциал, рекомендуется обратить внимание на следующие аспекты: развитие навыков планирования, повышение организованности, поиск новых источников информации, участие в проектах, требующих организованности, развитие навыков коммуникации и т.д.

КАЧЕСТВА, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ	КАЧЕСТВА, ПРЕПЯТСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ
<ul style="list-style-type: none"> <li>• хорошее владение базовыми мыслительными операциями: понимание части и целого, анализ и синтез, классификация, сравнение, обобщение, абстрагирование</li> <li>• высокая умственная работоспособность, способность сохранять концентрацию даже в условиях дефицита времени</li> <li>• развитые волевые качества, пунктуальность и дисциплинированность</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• не выявлено</li> </ul>

**ДОСТИЖЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ** (средний потенциал для проявления компетенции)

КАЧЕСТВА, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ	КАЧЕСТВА, ПРЕПЯТСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ
<ul style="list-style-type: none"> <li>• способность делать выводы и видеть закономерности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ярко выраженные размеренность и осторожность; неготовность рисковать, работать в условиях многозадачности и неопределённости</li> <li>• уступчивость и подверженность влиянию других людей</li> </ul>

**РЕШЕНИЕ НЕСТАНДАРТНЫХ ЗАДАЧ** (умеренно выраженный потенциал для проявления компетенции)

КАЧЕСТВА, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ	КАЧЕСТВА, ПРЕПЯТСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ
<ul style="list-style-type: none"> <li>• выраженное стремление к интересной и воодушевляющей работе</li> <li>• выраженное стремление к творческой работе, желание создавать что-то новое, реализуя свои способности</li> <li>• хорошее владение базовыми мыслительными операциями: понимание части и целого, анализ и синтез, классификация, сравнение, обобщение, абстрагирование</li> <li>• любознательность, открытость новым знаниям и опыту</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• уступчивость и подверженность влиянию других людей</li> </ul>

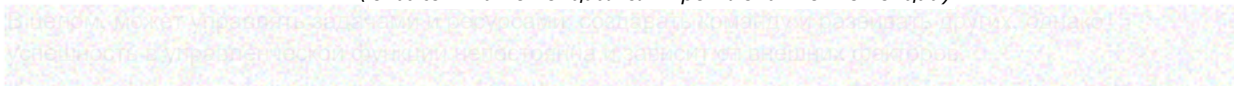
**КОММУНИКАЦИЯ** (средний потенциал для проявления компетенции)

КАЧЕСТВА, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ	КАЧЕСТВА, ПРЕПЯТСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ
<ul style="list-style-type: none"> <li>• богатый словарный запас, выраженная способность точно выражать свои мысли, респонденту легко подбирать необходимые слова, общаясь с разными людьми</li> <li>• высокий уровень развития вербальной логики: способности рассуждать, анализировать логику высказывания</li> <li>• дружелюбие, доброжелательность, отзывчивость, миролюбивость, тактичность</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• замкнутость, склонность к уединённой работе</li> <li>• невнимательность к чувствам и потребностям других людей</li> </ul>

**МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ НАВЫКИ** (средний потенциал для проявления компетенции)

КАЧЕСТВА, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ	КАЧЕСТВА, ПРЕПЯТСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ

<ul style="list-style-type: none"> <li>• выраженное стремление работать в команде, в сильной и сплочённой группе друзей и единомышленников, объединённых общей целью</li> <li>• дружелюбие, доброжелательность, отзывчивость, миролюбивость, тактичность</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• невыраженная альтруистическая мотивация: отсутствие стремления заботиться о других людях и помогать им</li> <li>• замкнутость, склонность к уединённой работе</li> <li>• невнимательность к чувствам и потребностям других людей</li> </ul>
---	--

**УПРАВЛЕНЧЕСКИЕ НАВЫКИ** *(сниженный потенциал для проявления компетенции)*


КАЧЕСТВА, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ	КАЧЕСТВА, ПРЕПЯТСТВУЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ
<ul style="list-style-type: none"> <li>• выраженное стремление работать в команде, в сильной и сплочённой группе друзей и единомышленников, объединённых общей целью</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• замкнутость, склонность к уединённой работе</li> <li>• ярко выраженные размеренность и осторожность; неготовность рисковать, работать в условиях многозадачности и неопределённости</li> <li>• уступчивость и подверженность влиянию других людей</li> </ul>



## ПРОГРАММЫ ОБУЧЕНИЯ

### Саморазвитие



#### Тренинг «Как концентрировать внимание на приоритетах»

##### Содержание тренинга

- Как можно прирвать внимание на приоритетах, долгосрочных целях, ценностях
- Матрица Эйзенхауэра
- Планирование с фокусом на приоритеты (по Стивенсону)

##### Книги

- Давидия Ольга. Личное развитие. Принципы и методы от признанного эксперта
- Хейли Франк. Деловые люди. Как читать. Психология, мотивация, как и успешные затаровки влияют на наши желания и поступки
- Келли Макхонейл. Бела воли. Как развить и укрепить
- Джим Рон. Толкование жизни на полной мощности: управление энергией – путь к высокой эффективности, здоровью, счастью



#### Тренинг «Осознанность в саморазвитии: особенности обучения и развития взрослых людей»

##### Содержание тренинга

- Способы обучения и саморазвития взрослых: формирование навыков, умение
- «4 типа» обучения по модели Хони-Мамфорд»
- Мотивация на обучение

##### Книги

- Милсентий Хьюмилли. В поисках потока: Психология включенности в повседневность
- Дэвид Хоббс. 7 навыков высокоэффективных людей

### Адаптивность



#### Тренинг «Как управлять своей работоспособностью и не попасть в стресс. Стрессменеджмент»

##### Содержание тренинга

- Профилактика стресса и выход из стресса
- Шкала психологического стресса (RSW) - 201
- Связи между сложными проблемами
- Шаги к сопротивляемости организма к стрессору

##### Книги

- Уильям Гейтс. Как это как в три дня? Четыре года жизни.
- Александр Шлевер. Как это как в три дня? Четыре года жизни.
- Марк Вандербильт. Четыре года жизни. Трансформационные метаморфозы.
- Дэвид Мейер. Как воплотить свои идеи.
- Маршалл Голдберг. Прогноз выиграть сегодня.



### Тренинг «Я - выдающийся»

#### Содержание тренинга

- Как уверенно говорить о своих талантах и рассказывать о своих достижениях.

#### Книги

- Марк Вандербильт. Ты способен на большее.
- Александр Шлевер. Уверенность.
- Томас Саммер. Дремузик. Уверенность в себе.



### Тренинг «Эмоциональный интеллект. Мои эмоции»

#### Содержание тренинга

- Эмоциональный интеллект и его компоненты.
- Эмоции как ресурс.
- Техники саморегуляции.

#### Книги

- Сергей Шваров. Члена Академии «Эмоциональный интеллект. Российская практика».
- Сьюзан Дэвид. Эмоциональный интеллект.
- Даниел Гоулман. Эмоциональный интеллект.



### Тренинг «Эмоциональный интеллект. Эмоции других»

#### Содержание тренинга

- Самоисследование.
- Рефлексия.
- Способы обратной связи.
- Эмпатия.

#### Книги

- Роберт Эджл. Развитие эмоционального интеллекта.
- Барбара Лембергер. Эмоциональный интеллект. Как разум общается с чувствами.
- Болдуин Ричардс. На одной волне.



### Тренинг «Эмоции как ресурс»

#### Содержание тренинга

- Эмоции как сигнальная система.
- Работа с эмоциями как с ресурсом.
- Практика внимательности.

## Книги

- Леонид Жаров. Гравитационный катализ эффективности



### Тренинг «Глубинные коммуникации»

## Содержание тренинга

- Истинное слушание
- Эффективные способы реагирования на конфликтogeny

## Книги

- Дэвид Голдман. Эмоциональное лидерство
- Роберт Дилтон. Договориться можно обо всем

## Организованность



### Тренинг «Как управлять временем»

## Содержание тренинга

- Как неутрачивается цель
- Избавляемся от «похищателей времени»
- Рабочий день: приоритезируем, составляем план действий

## Книги

- Стив Эйхен-Зельман. Тайм-драйв
- Майкл Брэман. Тайм-аут. Как повысить концентрацию, пережить стресс и успевать выполнять самые важные дела

## Коммуникация



### Тренинг «Как эффективно общаться и слышать других»

## Содержание тренинга

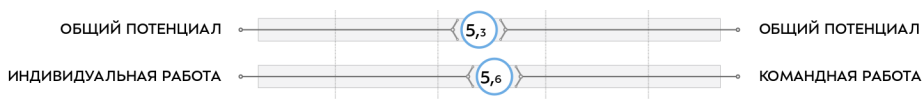
- Базовые основы эффективной коммуникации: невербальная составляющая
- Метасообщения и их виды
- Активное слушание и аналитика

## Книги

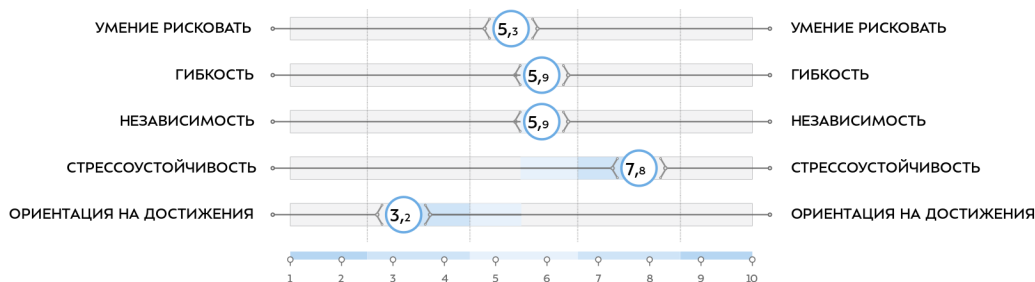
- Дональд Деллрей. Я говорю. Мне слушать
- Стивитс Гейлтон. Убеждать и убеждаться
- Робин Макел. Мастерство общения: как найти общий язык с кем угодно
- Морли Марк. Искусство убеждать и слушать
- Стэн Раканович. Искусство общения: как это сделать



## ПОТЕНЦИАЛ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ



## МОТИВАЦИЯ И КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ



### ОПИСАНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

#### **+/- ОБЩИЙ ПОТЕНЦИАЛ**

Вы показали средний потенциал к предпринимательству. Вы обладаете частью необходимых качеств и способностей, важных для такой деятельности, но, если планируете заниматься предпринимательством, рекомендуем повышать свою компетентность с помощью саморазвития или дополнительного обучения.

#### **+/- ИНДИВИДУАЛЬНАЯ/КОМАНДНАЯ РАБОТА**

Вы не отдаете яркого предпочтения индивидуальной или командной работе. Готовы работать как в коллективе, так и самостоятельно, в зависимости от требований ситуации.

#### **+/- УМЕНИЕ РИСКОВАТЬ**

Вы проявили среднюю готовность рисковать и адаптироваться к ситуации неопределенности. Вам может быть сложнее, чем другим, выдерживать повышенное напряжение и ответственность, сопутствующие рискованным ситуациям, поэтому деятельность в таких условиях Вам не рекомендуется.

#### **+/- ГИБКОСТЬ**

Вы показали среднюю готовность проявлять гибкость и менять стратегию поведения в изменяющихся условиях. Порой можете проявить решительность и перестроиться, но иногда можете излишне цепляться за привычные схемы поведения или испытывать стресс в ситуации непредсказуемости и частых перемен.

#### **+/- НЕЗАВИСИМОСТЬ**

Вы проявили среднюю готовность самостоятельно формулировать и активно отстаивать свою позицию. В различных ситуациях можете вести себя и как лидер мнения, и как ведомый. Не склонны противостоять мнению большинства и порой готовы поступиться собственными целями и идеями ради сохранения отношений.

#### **+ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ**

Обычно Вы можете сохранять спокойствие и работоспособность в ситуации стресса, риска и повышенных нагрузок. Скорее выносливы и эмоционально устойчивы, чем нестабильны.



### - ОРИЕНТАЦИЯ НА ДОСТИЖЕНИЯ

Вы скорее не готовы вкладывать много сил и энергии в достижение поставленных целей. Вас особо не привлекают внешние атрибуты успеха (деньги, слава и власть), и чаще Вы предпочитаете стабильность и безопасность, а не решительные действия и упорство.



## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЛИЧНОСТНОМУ РАЗВИТИЮ

*Ярко выраженные черты характера могут быть Вашими преимуществами, а могут затруднять взаимопонимание с другими людьми и ограничивать возможности для самовыражения. Зная свои личностные особенности, легче научиться эффективно использовать сильные стороны и корректировать слабые. Предлагаем Вам индивидуальные рекомендации и полезные материалы, которые могут помочь увеличить эффективность, улучшить психологическое благополучие и достичь внутренней гармонии.*

### Замкнутость



#### Что помогает, а что может мешать

Преимущества	Ограничения
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Говорите по делу, кратко и информативно</li> <li>• Умеете слушать и наблюдать</li> <li>• Тщательно выбираете друзей – поверхностные знакомства не для Вас</li> <li>• Умеете с пользой проводить время в одиночестве</li> <li>• Уделяете время самопознанию, внимательны к своим мыслям и чувствам</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Держитесь обособленно, поэтому кажетесь отстранённым(ой), "себе на уме"</li> <li>• Не расположены к светским разговорам</li> <li>• Вам сложно заводить новые знакомства</li> <li>• Устаёте от долгого общения и большого количества впечатлений</li> <li>• Иногда чувствуете себя одиноко, так как не можете похвастаться множеством приятелей</li> </ul>



#### Рекомендации

- Предупредите окружающих о своих личностных особенностях. Объясните, что Вы ходите на обед в одиночестве не из-за того, что видеть не хотите коллег, а потому что Вам важно отдохнуть в середине дня, погрузившись в свои мысли. Честность располагает к себе и предотвращает недопонимание.
- Если обстоятельства требуют знакомиться и быть на виду, учите искусство вежливых разговоров ни о чём (small talk). Умение поддерживать светскую беседу поможет Вам знакомиться и располагать к себе людей, не тратя при этом всю свою энергию.
- Задавайте вопросы – это лучший способ не говорить самому, заполнить паузы в разговоре и показать заинтересованность в собеседнике. А если разговаривать не хочется, можно просто помолчать. В этом нет ничего неправильного.
- Общение отнимает у Вас много энергии, поэтому Вам необходимо найти "место силы" – укромный уголок, где Вам удаётся быстро подзарядить "батарейки".
- Если Вы чувствуете себя одиноко, не ждите инициативы от других. Звоните первым(ой), предлагайте встретиться. Окружающие могут не проявлять инициативу не потому, что не хотят с Вами общаться, а потому, что думают, Вам это неинтересно.



#### Полезные материалы

#### Что почитать?

- *Аннетт Симмонс*, Сторителлинг. Как использовать силу историй.
- *Сьюзан Кейн*, Интроверты. Как использовать особенности своего характера.
- *Нэнси Энковиц*, Карьера для интровертов. Как завоевать авторитет и получить заслуженное повышение.
- *Ванесса ван Эдвардст*, Наука общения. Как читать эмоции, понимать намерения и находить общий язык с людьми.
- *Мортимер Адлер*, Искусство говорить и слушать.

### Что посмотреть?

- [www.ted.com/talks](http://www.ted.com/talks): *Сьюзан Кейн*, Сила интровертов (*Susan Cain, The power of introverts*)
- [www.ted.com/talks](http://www.ted.com/talks): *Джулиан Треже*, Как говорить так, чтобы люди хотели вас слушать (*Julian Treasure, How to speak so that people want to listen*)
- [www.ted.com/talks](http://www.ted.com/talks): *Эми Кадди*, Язык тела формирует вашу личность (*Amy Cuddy, Your body language may shape who you are*)

## Пассивность



### Что помогает, а что может мешать

Преимущества	Ограничения
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Прежде чем принять решение, думаете о последствиях</li> <li>• Проявляете осторожность и избегаете неразумного риска</li> <li>• Цените постоянство и стабильность</li> <li>• Разумно расходуете свои силы</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Не можете решиться рискнуть и что-то поменять, даже если это открывает для Вас новые возможности</li> <li>• Многозадачность и интенсивный темп работы Вас быстро истощают</li> <li>• Вам сложно себя расшевелить, почувствовать смелость и прилив сил</li> </ul>



### Рекомендации

- Составьте список того, что Вас пугает и кажется рискованным. Продумайте, что Вы можете предпринять, чтобы застраховать себя от негативных последствий, если эти события действительно случатся. Подстраховались? Теперь и риск – не риск. Черпайте вдохновение для будущих подвигов в речи Тима Ферриса из списка полезных материалов.
- А теперь составьте список того, что Вы приобретёте, если Ваша инициатива завершится успехом. Или, что одно и то же, того, что Вы точно потеряете, если ничего не сделаете.
- Если Вам предстоит напряжённая работа, запланируйте приятные передышки для восстановления сил в процессе и пообещайте себе награду по завершении "марафона". Не забудьте сдержать обещание.
- Вам комфортнее работать размеренно, поэтому, чтобы всё успевать, расставляйте приоритеты, структурируйте задачи, планируйте день и рабочую неделю. Обязательно оставляйте в Вашем плане место для неожиданностей.
- Займитесь спортом. Если Вы занимаетесь сидячей интеллектуальной работой, спорт расшевелит ваше тело, освободит разум, и Вы почувствуете прилив сил.



### Полезные материалы

#### Что почитать?

- *Майкл Бреус*, Всегда вовремя. Узнайте свой хронотип и живите в согласии со своим

биоритмом.

- *Максим Дорофеев*, Как воспитать свою обезьяну, опустошить инбокс и сбросить мыслетопливо.

### Что посмотреть?

- [www.ted.com/talks](http://www.ted.com/talks): *Тим Феррисс*, Понять свои страхи важнее, чем устанавливать цели (*Tim Ferriss, Why you should define your fears instead of your goals*)
- [www.ted.com/talks](http://www.ted.com/talks): *Тина Силиг*, Небольшой риск ради большой удачи (*Tina Seelig, The little risks you can take to increase your luck*)

## Моральность



### Что помогает, а что может мешать

Преимущества	Ограничения
<ul style="list-style-type: none"> <li>• В любой ситуации остаётесь верны своим ценностям и принципам</li> <li>• Думаете о благополучии общества и людей</li> <li>• Уважаете общественные правила и законы и соблюдаете их</li> <li>• Остро чувствуете несправедливость, поэтому не допускаете её по отношению к другим людям</li> <li>• Держите своё слово, прислушиваетесь к своей совести</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Болезненно переживаете несправедливость и несовершенство мира</li> <li>• Соблюдаете даже нелепые и бесполезные правила и формальности</li> <li>• Не готовы на компромисс с совестью, поэтому идёте к цели самым трудным путём</li> <li>• Из-за высоких стандартов нетерпимы к ошибкам и несовершенствам других людей</li> <li>• Чрезмерно требовательны к себе, поэтому часто недовольны собой</li> <li>• Упускаете возможности из-за жёсткой приверженности правилам</li> <li>• Следуя чувству долга, отказываетесь от своих желаний</li> </ul>



### Рекомендации

- В жизни часто случаются ситуации, когда нельзя однозначно сказать, хорошо это или плохо. Можно ли осуждать водителя, который проехал на красный, чтобы успеть довезти до больницы умирающего? Или отца, который украл, чтобы накормить ребёнка? Вспомните, с какими моральными дилеммами сталкивались Вы. Не торопись классифицировать событие как чёрное или белое, ищите полутона.
- Старайтесь ориентироваться не только на букву, но и на дух закона (в том числе и морального). Строгое следование всем формальностям может не помогать, а мешать: затягивать принятие решения, размывать ответственность, препятствовать внедрению творческих инициатив. Соблюдайте и создавайте правила мудро. В погоне за порядком думайте о том, не приносите ли Вы содержание в жертву форме, не закрываете ли себе пути для творческих идей и новых возможностей.
- Если правило где-то зафиксировано письменно, не поленитесь перечитать его лишний раз. Вполне вероятно, что оно сформулировано мудрее и даёт больше свободы, чем это может показаться на первый взгляд. Люди часто запоминают упрощенные и слишком узкие формулировки правил.
- Индейская мудрость учит: "Не судите человека, пока не пройдут две луны в его мокасинах". Человеку свойственно объяснять плохое поведение других людей их личностными особенностями, а своё собственное – внешними обстоятельствами. Если

кто-то не пришёл на встречу и не предупредил, наша первая мысль – "он необязательный", а не "он застрял в лифте или потерял телефон". Это называется фундаментальной ошибкой атрибуции. Мы редко замечаем за собой эту ошибку. Поэтому, прежде чем делать поспешные выводы о ком-то, подумайте, какие обстоятельства могли заставить его так поступить. Попробуйте встать на позицию другого человека.

- Вместо того, чтобы сожалеть о несправедливости мира, подумайте, как лично Вы можете исправить ситуацию. Пожертвовать деньги на благотворительность, стать волонтером, сортировать мусор, сдать кровь – есть много возможностей сделать мир чуточку лучше.



## Полезные материалы

### Что почитать?

- *Блейк Дж. Харрис*, Консольные войны.
- *Дэвид Гребер*, Утопия правил. О технологиях, глупости и тайном обаянии бюрократии.
- *Хайди Грант Хэлворсон*, Меня никто не понимает! Почему люди воспринимают нас не так, как нам хочется, и что с этим делать.

### Что посмотреть?

- [www.ted.com/talks](http://www.ted.com/talks): *Барри Шварц*, Об утрате мудрости (*Barry Schwartz, Our loss of wisdom*)
- [www.ted.com/talks](http://www.ted.com/talks): *Дэн Ариэли*, О сбоях в нашем моральном кодексе (*Dan Ariely, Our buggy moral code*)

## Традиционность



### Что помогает, а что может мешать

Преимущества	Ограничения
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Соблюдаете этикет и правила приличия</li> <li>• Следует общепринятыми нормами поведения, Ваше поведение не вызывает вопросов у окружающих</li> <li>• Готовы соблюдать корпоративные стандарты: дресс-код, правила субординации, деловой переписки и т. п.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Чувствуете себя некомфортно в среде, где возможности для самовыражения и артистизма не ограничены</li> <li>• Вам может не хватать смелости пойти наперекор общепринятым нормам и поступить неординарно</li> <li>• Можете быть нетерпимы к чужим ярким проявлениям оригинальности: кричащей одежде, необычному хобби и т. п.</li> </ul>



### Рекомендации

- У Вас отлично получается не выделяться, но если Ваша работа предполагает общение с людьми, то полезным оказывается и противоположное умение – обратить на себя внимание. Чтобы быть успешным, важно не только хорошо делать свою работу, но и производить впечатление, запоминаться. Необязательно для этого шокировать окружающих своими поступками, Вашей "фишкой" может стать аромат, стиль одежды, голос, необычное хобби... Подумайте, в чём может проявляться Ваша индивидуальность и непохожесть на других. Для вдохновения вспомните людей, которые Вам запомнились с первого взгляда.
- Ваше уважение к традициям может иногда загонять Ваше мышление в рамки и сдерживать творческие идеи. Стимулируйте своё творческое мышление. В этом Вам помогут техники из книги "Рисовый шторм" Майкла Микалко.



## Полезные материалы

### Что почитать?

- *Лука Турин и Таня Санчес*, 100 лучших ароматов. Как понимать, выбирать и носить духи.
- *Бернхард Ретцель*, Джентльмен. Путеводитель по стилю и моде для мужчин.
- *Кьелл Нордстрем и Йонас Риддерстрале*, Бизнес в стиле фанк. Капитал пляшет под дудку таланта.
- *Майкл Микалко*, Рисовый шторм и ещё 21 способ мыслить нестандартно.