

Тренерская неделя или воскресенье начинается в субботу

Статья опубликована в журнале Вестник НЛП №30.

Авторы: Гелена Юрьевна Савицкая

Темы, затрагиваемые в статье: История НЛП, Психотерапия

Как показывает практика, наши тренеры не живут масштабами одного дня. Кто-то планирует сразу на три дня и живет по трехдневному циклу, а у кого-то иные масштабы. Для Гелены Савицкой и Юрия Обороина, семейной пары, проводящей интересные тренинги личностного роста, более привычен недельный цикл.

Уже при первом знакомстве бросается в глаза, что это очень гармоничная пара весьма успешных, профессионально состоявшихся людей. И он, и она изначально не собирались стать психологами и бизнес-тренерами. Гелена генерирует идеи, составляет идеологию и ткань тренинга — творческое начало в ней бьет ключом. Юрий привык поверять гармонию алгеброй, на нем лежит составление методической базы, планирование, контакты с клиентами и основным работодателем — «Центром НЛП в Образовании». Как говорится, «они сошлись как лед и пламень...»

Гелена полагает, что и ее нынешняя динамично развивающаяся карьера, и строгие календарные планы (занятия спланированы на несколько месяцев вперед) — прямое следствие того, что происходило 20 лет назад.

О цене ошибки

- Первое мое образование — физика полупроводников. Сейчас я понимаю, что это была ошибка, но без нее не было бы сегодняшней карьеры. Я училась в советской школе со всеми присущими ей ограничениями, получала удовольствие от нестандартных решений. А они были возможны только в точных науках — в гуманитарных меня за это сильно ругали. Математика у меня шла легко, и по накатанной я поступила в престижный столичный технический вуз, а к третьему курсу поняла, что все это не мое. И уже после завершения учебы осознала, что такое нелюбимое дело, — я попала в

больницу. Было ощущение постоянного понуждения себя, усилия, которое приходилось над собой делать. Мне предлагали написать диссертацию по разнарядке (кто-нибудь помнит этот советский термин?); в аспирантки планировали именно женщину, но я поняла, что мне лучше от всего этого отказаться. Честно отработала по специальности один день (!) и ушла в декрет.

Мой старший сын в детстве получил серьезную травму и стал инвалидом. С ним пришлось много заниматься, поэтому я решила, что карьеру пусть делает муж, а я займусь ребенком и буду делать то, что хочет душа. Когда у ребенка было более-менее нормально со здоровьем, я могла учиться; когда у него возникали проблемы — все деньги шли на восстановление здоровья. Оно нормализовалось только к десяти годам. К тому времени я уже успела получить второе высшее образование (психология) и уже работала в сообществе родителей детей-инвалидов.

Даже очень хорошее классическое психологическое образование — это примерно как три курса медицинского института, когда ты все понимаешь, но сделать ничего не можешь, не умеешь. Человек приходит за помощью, а вместо помощи ему объясняют, что с интеллектом у ребенка в принципе все нормально. А помочь-то как? И я начала разбираться, пробовать разные идеи. Стала находить практических психологов, искать переводную литературу. Я благодарна НЛП за то, что мои разрозненные знания наконец-то начали выстраиваться в стройную систему, и поняла, как реально добиться позитивных изменений — в своем внутреннем мироощущении, в карьере и т.п.

О работе и о семье

В семьях с больным ребенком вы, квалифицированный психолог, не будете рассуждать о высоких материях, вместо этого надо поработать с чувством вины у родителей, чтобы они перестали травмировать ребенка, помочь всем им социально адаптироваться. В таких семьях очень четко видно, как человек не справляется с жизнью в социуме. С этого и началась моя работа как консультанта, потом меня пригласили работать в «Центр НЛП в Образовании». Сначала я консультировала индивидуально, затем начала вести тренинги. Оттачивала некоторые техники, и ко мне потихоньку начали выстраиваться очереди. Были и есть реальные результаты, которые любой сторонний человек может «пощупать»: кто-то вышел замуж, кто-то получил повышение на работе, кто-то взялся за более сложный проект и т.д.

Сейчас мой профиль — карьерный дизайн. Тут-то техническое образование и пригодилось. В привычном понимании карьерный дизайн — это некие иерархические ступени, ведущие вверх. Чтобы их преодолеть, обычно тренируют только на поведенческом уровне. Раньше я вела тренинги по

эриксоновскому гипнозу и очень много занималась написанием метафор. Мой отец работал переводчиком, благодаря ему сложилось некое чувство языка, и я использую его в своей работе. И вот пример метафоры, объясняющей идею обучения на поведенческом уровне.

В свое время парашютистов учили дергать за кольцо парашюта правой рукой, даже если ты левша. Все хорошо только до тех пор, пока не возникает реальная экстренная ситуация. В непредвиденной ситуации левша, естественно, будет действовать левой рукой. Любой карьерный дизайн на поведенческом уровне — это всего лишь учеба. Реальный карьерный дизайн — когда человек реализует свою родную стратегию и полностью выполняет её в новой задаче.

Тонкостей в этом процессе очень много. Например, мы с мужем считаем, что проблему в принципе нельзя решить, ее можно только перерасти. Это помощь людям в том, чтобы они достигали поставленных целей и вдруг удивлялись: «Надо же, я достиг зарплаты, которую планировал, и даже не заметил, как это произошло». Кстати, и у меня самой получилось именно так: мой муж сказал мне, какая у меня зарплата, а я же не обращала на это внимания.

Я очень много экспериментировала на муже. Юра — бывший глава IT-департамента крупной фирмы. В какой-то момент дети подросли, и он сказал, что начинает мне завидовать. Я ему предложила (а у нас был квартирный ремонт) посидеть дома (все равно надо что-то переставлять, двигать, быть рядом с мастерами) и подумать, что ему делать дальше. Пока он доделывал ремонт, как-то между делом дописал все мои статьи, получил прибыль от издания моих дисков, разработал мне бизнес-план, отдал все мои долги, посчитал совокупный доход — и выяснилось, что теперь он превышает тот, что был на его прежней работе.

Мы вдвоем анонсируем свои тренинги и совместно их ведем. Мы не складываемся, а умножаемся. Я что-то придумываю, для меня это естественная функция организма, но взять эту идею и разложить — сколько нужно «гаек», «шурупов» и т.д. — это дело Юры. Ему легко построить структуру, а я знаю, как сделать это красиво.

В большинстве компаний обучение начинают с низов, с исполнителей. Когда же обучение добирается до верхов, тренинг иногда начинает «провисать», появляются проблемы. И тут компания начинает задумываться об индивидуальном консультировании для руководителя. Часто после этой работы возникают необычные изменения: например, один из руководителей понял, что надо «богадельню» прекращать, и уволил 50% сотрудников.

О тренерском календаре

Неделя у меня проходит так. Начинается она с понедельника (это наш обычный выходной), и я в этот день стараюсь заниматься верховой ездой. Но телефон, как правило, не смолкает и в этот день. Вторник и среда — это череда клиентов. Запись идет за месяц, все уже по часам заранее расписано. Это — физический контакт, люди, с которыми на предприятии заключены контракты. Порой, нужно выйти за рамки предприятия, поэтому часть клиентов приезжает прямо ко мне домой. Бывает, что и я куда-то выезжаю. В перерывах между клиентами мой муж работает с почтой, а я успеваю надиктовать кусочки статей, ответить на вопросы, поработать с текучкой для журналов, в которых мы ведем рубрики, продиктовать интервью. Я поставила себе жесткие ограничения — принимать не более трех человек в день. Юра отвечает на телефонные звонки, но вообще мы стараемся сокращать разговоры, для этого у нас есть помощник.

В четверг-пятницу начинаются командировки. Я подписала годичный контракт с одним холдингом, поэтому с утра меня увозят на целый день. Впереди замаячил большой проект в другом большом холдинге — здесь и индивидуальная работа, и тренинги. Часть клиентов я передаю мужу, но лишь после того, как я поняла самое главное, а дальше в рамках бизнес-технологий он сам решает прикладные задачи.

В субботу утром мы с мужем вместе ведем семинары и тренинги. Бывает, что «на автомате» я заполняю весь органайзер и забываю про выходные. Вообще-то у меня есть годичный план тех выходных, которые заранее заняты, и это я обязательно учитываю, тем более что веду целый курс. Еще есть тренинги необычные, что называется «срочно попросили».

Если у меня нет тренинга в субботу, тогда я отдыхаю. Релаксация связана с работой: в последнее время я увлеклась верховой ездой, еще мы раньше с мужем ходили танцевать танго, но сейчас на это не хватает времени. Вот такая она, нормальная неделя.