



Ержан Билялов
Нелли Сабиржанова

ПРИЗВАНИЕ, ВЫБОР ПРОФЕССИИ, КАРЬЕРА

ИСТОРИИ УСПЕХА

Как коучинг помог определиться с выбором
и изменил жизнь людей. Реальные кейсы.



Нелли Сабиржанова

Д-р Ержан Билялов

Международные профессиональные коучи, основатели компании NYCoaching

Дорогие друзья!

Мы рады, что перед вами “ИСТОРИИ УСПЕХА”, сборник избранных реальных кейсов - результатов нашей совместной работы с клиентами. Мы дарим его вам, потому что эти истории о том, как они сделали этот очень важный выбор для себя, выбор своей жизни.

Перед вами разные истории, конкретные судьбы, сомнения и страхи школьников выпускных классов, выпускников университетов и сотрудников компаний и организаций. И все-таки главное, что их объединяет, - это страстное желание изменений, дерзкие мечты и упорство в достижении своих целей. Они выбрали свой жизненный путь. Это их покоренные вершины.

Найдите созвучную вам историю – ваша ситуация также имеет решение!

Подумайте, как мы могли бы поддержать вас в ваших изменениях?



www.nycoaching.kz/mission-in-life

+7-701-719 30 32

2

ОТ АВТОРОВ

4 - 9

ВЫБОР ПРОФЕССИИ

4

ДАРИЙ: Я студент Страсбургского университета!

5

ЗАРИНА: Fashion Management в Лос-Анджелесе!

6

НАРИМАН: Кондитер души!

7

ШЕВРОН & ОЦ БИЛИМ: Будущее - мой выбор!

Профориентация школьников

8

ТИМУР: Think different!

9

МИРА: Музыка пера

10 - 15

ВЫБОР КАРЬЕРЫ

9

АЙНУР: Страх начальства

10

ДАНИЯР: Футбольный арбитр

11

АМИР: Карьерная ниша

12

СЕРГЕЙ: Страх неудачи

13

АЙГЕРИМ: PhD в Колумбийском университете?

14

КРЕЙГ: Фокус жизни

16

ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Некоторые имена и названия изменены в соответствии с политикой конфиденциальности



В связи с окончанием гимназии на следующий год Дарий, ученик 11-го класса одной из гимназий г. Алматы, обратился за поддержкой в выборе профессии. Особенность ситуации заключалась в том, что родители Дария, будучи работниками сферы здравоохранения, склонялись к тому, чтобы выбор пал на профессию врача-хирурга, и это многократно обсуждалось в семье.

Дарий: Я - студент Страсбургского университета!

В результате коучинга выяснилось, что Дарий не испытывает интереса к профессии врача и страдает негативной реакцией на медицинские запахи, близкой к аллергической. В итоге им была выбрана профессия юриста с дальнейшим фокусом в бизнесе. Учитывая одну из своих сильных сторон – знание французского языка, Дарий принял решение поступать в Страсбургский Университет, где сильные традиции по этой специальности и образование предоставляется бесплатно. Родители поддержали выбор сына. Дарий стал увереннее и мог представить свое будущее на ближайшие 5-6 лет. Им был разработан и реализован детальный план действий для поступления в университет. Дарий был зачислен студентом и приступил к учебе на факультете права Страсбургского университета.

Зарина успешно окончила колледж Национальной Академии Искусств по специальности "Дизайн одежды", которая ей нравилась, ее дизайнерские работы представлялись на различных выставках. Не найдя работу по специальности, Зарина подумывала заняться предпринимательством, но бизнес продвигался безуспешно. Она обратилась за поддержкой в определении своего дальнейшего жизненного пути.



Зарина: Fashion Management в Лос-Анджелесе!

В результате коуч-сессий Зарина поняла, что ее остро влечет дизайнерское искусство. Визуализировав свое будущее, она решила продолжить обучение и получить качественное образование по дизайну одежды в зарубежном университете. Для получения бакалаврской степени по специальности "Fashion Management" она выбрала университет в Лос-Анджелесе, славящийся высоким уровнем образования. С целью лучшей подготовки к учебе в университете она решила на первом этапе поступить в колледж в этом же городе на эту же специальность. Вдохновленная своим решением, Зарина разработала план действий для поступления в колледж, который был успешно реализован. Ее зачислили студенткой LA Technical College и она учится по специальности "Fashion Management".



Нариман, учащийся одной из гимназий г.Алматы, обратился за поддержкой в выборе своей будущей профессии. Особенность ситуации заключалась в том, что родители Наримана, будучи владельцами ресторанный бизнеса, надеялись, что сына привлечет эта сфера, которая не всегда считается "престижной" в этом возрасте. Тем более, что сын всегда интересовался процессом приготовления блюд в ресторане.

Нариман: Кондитер души!

В результате коучинга выяснилось глубокое увлечение Наримана технологией изготовления десертов и кондитерских изделий в целом. Периодическое общение с кондитерами и возможность практиковаться самому серьезно поддерживали это увлечение. Стремление доставить радость и удовольствие людям являлись главной мотивацией развития этого интереса. В итоге была выбрана профессия кондитера. Осознав, что знание технологий изготовления, принципов сочетания различных ингредиентов, и организация и управление этим бизнесом требуют соответствующего высшего образования, Нариман решил поступать в одну из ведущих кулинарных школ Европы. Он стал более уверенным в себе. Для целенаправленной подготовки он решил сначала поступить в школу кондитеров за рубежом. Этому способствовало знание им английского и испанского языков. Первый шаг уже сделан - он стал студентом известной Школы кондитеров "Escuela Espaisucre" в Барселоне и делает большие успехи.



Компания Шеврон и ОЦ БИЛИМ-Центральная Азия в рамках пилотного проекта по профориентации школьников г.Алматы обратились к услугам компании NYCoaching для проведения работ по его коучинговому блоку. Участниками проекта были определены 15 учащихся 10-х классов трех гимназий г.Алматы. В качестве результата школьники ожидали большей ясности в выборе профессии.

Шеврон & Образовательный Центр БИЛИМ: Будущее – мой выбор! Профориентация школьников

В результате проекта все школьники определились со своей будущей профессией и выбрали конкретные специальности ("Юридическая психология", "Биотехнология", "Компьютерные технологии", "Журналистика", "Архитектура", "Транспортная логистика", "Финансы", "Переводческое дело" и т.д.). Из них 10 учащихся выбрали конкретные вузы, в том числе 7 - за рубежом. Были разработаны стратегии по успешному поступлению в вузы. Полезность знаний, приобретенных во время участия в проекте, была оценена участниками на 9.0 по 10-балльной шкале, степень ясности в выборе профессии возросла у всех школьников. Все школьники отметили, что у них появилась уверенность в своем будущем. Участники освоили навыки целеполагания, планирования и приоритизации задач, матрицу времени, а также основы искусства коммуникаций. У них повысилась самооценка.

Результаты проекта широко освещались в печати, социальных сетях, ТВ и были представлены на различных семинарах. Рекомендации по использованию коучинга в профориентации школьников направлены в Минобразования РК.



Think different.

Тимур, учащийся 9-го класса гимназии г.Алматы, обратился за поддержкой в выборе своей будущей профессии. Будучи очень креативным лидером во всех начинаниях в классе и гимназии, и интересуясь многими вещами сверх школьной программы, он никак не мог определиться, какой могла бы быть его будущая профессия. Это вызывало беспокойство и тревожность.

Тимур: Think different!

В результате коуч-сессий Тимур осознал, что его сильной стороной является нахождение неординарных решений в любых ситуациях и ярко выраженные лидерские качества. Ему зачастую удавалось убедить других в оптимальности своего решения и вовлечь других в его осуществление.

Тимур решил, что наилучшей профессией для него мог бы стать рекламный бизнес. Для получения бакалаврской степени по этой специальности он выбрал университет в Праге с преподаванием на английском языке. Вдохновленный своим решением, Тимур разработал план действий для успешного поступления в университет. Он решил выделить время для усиленной подготовки по английскому языку и изучения рекламной деятельности и дизайнерского искусства. В будущем он решил организовать рекламное агентство. Его решимость добиться поставленной цели придала ему чувство радостной уверенности.



Мира, учащаяся 9-го класса одной из гимназий г.Алматы, обладала прекрасным музыкальным слухом и голосом и с удовольствием участвовала в различных представлениях школьной самодеятельности. Тем не менее, она не чувствовала стремления получить образование в консерватории, как это ей все советовали. Она обратилась за поддержкой в выборе профессии.

Мира: Музыка пера

В процессе коуч-сессий Мира осознала, что пение является скорее ее любимым хобби, чем призванием на всю жизнь. При исследовании своих сильных сторон, она поняла, что у нее есть не менее сильный талант, чем пение, - это умение писать, от чего она получала не меньшее удовольствие.

Мира пришла к решению попробовать объединить преимущества своих наиболее сильных сторон и выбрала профессию журналиста с дальнейшей специализацией в области музыки и искусства. После окончания гимназии она решила поступать в КазНУ им.Аль-Фараби в г.Алматы для получения бакалаврской степени. Мира разработала план действий для успешного поступления в университет. Ее неуверенность и тревожность за свое будущее сменились на уверенность и радость от ясности своей цели и шагов по ее достижению.

Айнур, заместитель начальника управления одного из банков Казахстана, обратилась за поддержкой в преодолении страха начальства. В качестве результата она надеялась преодолеть страхи, преследовавшие ее при контактах с руководством.

Особенность ситуации заключалась в том, что в банке была начата реорганизация и управление, в котором работала Айнур, должно было слиться с другим управлением.

Руководству банка предстояло решить после собеседований с потенциальными кандидатами, кому поручить возглавить новое подразделение.

Как и ранее, Айнур испытывала страх перед предстоящим разговором с начальством, и, несмотря на то, что у нее было свое видение развития нового управления, ее мысли путались, она теряла концентрацию и рисовала картины своего фиаско. Страх препятствовал продуктивному мышлению и лишал ее самообладания, когда она более всего в нем нуждалась.



AFP/Getty Images

Айнур: Страх начальства

В процессе коуч-сессий Айнур пришла к осознанию, что она боится того, что будет думать руководитель, понравится ему или нет, если она уверенно выскажет свое мнение. Ей казалось, у него возникнет мысль, что на самом деле она хочет показаться лучше, чем есть на самом деле. В результате коучинга Айнур удалось переключить образы неуверенности и уверенного общения и подстроить последний под предстоящее общение с руководителем. Она почувствовала уверенность и способность к легкому и уверенному общению. Результат последующего собеседования превзошел ее ожидания - ей было предложено возглавить новое подразделение, на что она дала согласие и вскоре приступила к работе в новой должности.

Данияр, проработав несколько лет юристом в различных казахстанских компаниях, не чувствовал удовлетворения от работы и не видел перспективы для своего профессионального роста. Он обратился за поддержкой в определении своей карьеры и своего будущего.



Данияр: Футбольный арбитр

В процессе совместной работы Данияр осознал, что его многолетнее увлечение футболом и всем, что связано с этим видом спорта, по-прежнему не покидает его. В ходе коуч-сессий Данияр пришел к мысли о карьере футбольного арбитра. У него возникло четкое понимание, что его юридическое образование и увлечение футболом могут быть интегрированы в карьере футбольного арбитра и связанной с футболом будущей профессиональной деятельности. Он поставил цель - добиться категории международного арбитра ФИФА. Для реализации своего решения Данияр разработал план на несколько лет с выделением основных этапов новой карьеры и начал выполнять его - успешно прошел тест и поступил в Школу судей, приступил к изучению правил ФИФА и английского языка, а также регулярным физическим тренировкам. Он стал уверенным, радостным и сфокусированным на своей цели.



Амир: Карьерная ниша

Амир хотел определиться с новой профессиональной нишей, где он мог бы максимально использовать свои знания, способности, навыки и полученное образование. Став магистром международного права после учебы в одном из ведущих британских университетов, Амир не был удовлетворен тем, как складывается его карьера в Англии на юридическом поприще.

В результате коучинга Амир пришел к основному выводу, что при поиске новой работы вместо того, чтобы изучать насколько он сам подходит для той или иной позиции, ему следует создать детальный «образ» позиции, которая была бы идеально конгруэнтна с его личностными характеристиками, основными ценностями, знаниями, навыками и умениями.

Такой «образ» Амиром был создан, и он пришел к пониманию, что дальнейший поиск должен быть связан именно с этим. В итоге он расширил зону поиска своей профессиональной ниши, в то же время сделав ее более фокусной. Через полтора месяца Амир приступил к работе в юридическом департаменте одного из банков в Лондоне и был доволен своим выбором.

Сергей, проработав в новой должности в одной из компаний около месяца, обратился за поддержкой в "освобождении" от страха неудачи. Он испытывал определенные трудности, связанные с постоянным ощущением напряжения и спешки, в результате чего его не покидало чувство неуверенности и нехватки времени. Ему не удавалось перейти к планомерному и организованному выполнению поставленных задач. Возникло сильное чувство страха, что он не справится с работой и будет вынужден покинуть компанию. Попытки освободиться от этого страха, в частности, путем его избегания или «жесткого преодоления», оказались безуспешными. Это чувство возвращалось снова и снова и ситуация не находила своего разрешения.



Сергей: Страх неудачи

В процессе коучинга Сергей отметил, что "страх неудачи" постоянно возникает в большей или меньшей степени на работе, приводя к панике и стрессовому состоянию, не дающему разумно организовать свою работу. В результате коуч-сессий Сергей пришел к основному выводу, что чувство «страха неудачи» на самом деле имеет позитивное намерение, сводящееся, в конечном счете, к его чувствам радости достижения целей, удовлетворенности вследствие признания его профессионального уровня коллегами, а также чувству спокойной уверенности. Взгляд на «страх неудачи» как на друга, а не врага, позволил ему изменить восприятие ситуации. Понимание того, что это чувство выступает в роли подсказчика привело к осознанию того, что оно на самом деле мотивирует его и помогает демонтировать старую систему убеждений. Поэтому необходимо не противодействовать «страху неудачи», а следует просто понять формируемые им «мессэджи». Сергеем был разработан план действий, выполнение которого обеспечило значительный прогресс. Практически пропало ощущение напряжения и спешки. Использование матрицы времени позволило организовать свои дела и избавиться от постоянного ощущения нехватки времени. Возросло и стабилизировалось чувство уверенности.

Айгерим, начальник ведущего департамента одного из казахстанских банков, обратилась к услугам коуча, чтобы разобраться в путях развития ее карьеры. Особенность ситуации заключалась в том, что Айгерим, несколько месяцев назад назначенная на должность начальника департамента, не испытывала ожидаемого чувства самореализации. Проработав в банке около десяти лет, она не ощущала профессионального и личного роста и потеряла мотивацию к работе.



Айгерим: PhD в Колумбийском университете?

В процессе коуч-сессий Айгерим пришла к осознанию того, что основной причиной сложившейся ситуации является ее внутренний конфликт между желанием вносить **большой вклад** на новой позиции и, по ее мнению, недостаточной профессиональной готовностью для этого.

С целью повышения своего исследовательского уровня Айгерим пришла к решению поступить на программу PhD в один из престижных университетов мира. Тем не менее, это решение сопровождалось различными страхами, связанными с реализацией этого решения. В результате коучинга Айгерим разработала и начала выполнять детальный план подготовительных действий. Страхы перестали преследовать ее, чувство тревожности сменилось на уверенность и решимость добиться поставленной цели.



Charles Zuckermann's photo

Крейг после получения образования в Англии работал в различных агентствах по маркетингу и связям с общественностью в Лондоне и Ванкувере. Он успешно использовал свои знания в брендинге и поведенческой экономике для привлечения потребителей клиентам своих компаний. Тем не менее он не ощущал полного удовлетворения от работы и не испытывал радости от возможных перспектив в карьере в этой области. Крейг обратился за поддержкой в определении своей карьеры и своего будущего.

Крейг: Фокус жизни

В результате коучинга Крейг осознал, что его наиболее успешные маркетинговые проекты всегда были связаны с эмоционально вовлекающими образами. Он ощутил, что его остро влечет искусство фотографии, которым он профессионально увлекался все последние годы. Крейг решил построить свою карьеру, занимаясь только фотографией, так как пришел к убеждению, что его личностные качества и являются истинными линзами фотокамеры. Это позволило бы полностью проявить свою креативность и почувствовать истинный фокус своей жизни. Крейг создал свою компанию, объединив искусство фотографии с предпринимательством, и достиг больших успехов.

ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

ВЫЯВЛЕНИЕ ЦЕННОСТЕЙ

ЛАВ-ПРОФИЛИРОВАНИЕ

КВАНТОВОЕ ЧЕТЫРЕХКВАДРАНТНОЕ МЫШЛЕНИЕ

ДЕКАРТОВЫ КВАДРАТЫ

ПИРАМИДА ЛОГИЧЕСКИХ УРОВНЕЙ ДИЛТСА

МАТРИЦА БЛИССА

ПРИНЦИП ПАРЕТО

ТРАНСФОРМАЦИЯ ОГРАНИЧИВАЮЩИХ УБЕЖДЕНИЙ

ТЕХНОЛОГИЯ С.АНДРЕАС И К.АНДРЕАС

ТЕХНОЛОГИЯ МГНОВЕННОГО ПЕРЕНОСА “СВИШ”

КРУГ СОВЕРШЕНСТВА



КОУЧИНГ: КАК НАЙТИ СВОЕ ПРИЗВАНИЕ И ВЫБРАТЬ ПРОФЕССИЮ



Человек может сделать великим путь, которым идет, но путь не может сделать человека великим.

КОНФУЦИЙ

Ержан Билялов и Нелли Сабиржанова - единственные в Казахстане коучи, получившие свое образование в Канаде у д-ра Мэрилин Аткинсон, гуру современного коучинга. Обладают обширным опытом работы в образовании и бизнесе и помогли многим в поиске своего призвания.

ПОДРОБНЕЕ: www.nycoaching.kz



ИСТОРИИ УСПЕХА: Призвание, выбор профессии, карьера
Ержан Билялов, Нелли Сабиржанова