



**Елена Баландина**



*Ваш специалист по конструированию желаемого будущего  
Лауреат премии «20 успешных людей Петербурга»  
в номинации «Коучинг»*

Life&Business coaching

Управление целями и изменениями

Интегральный консалтинг (парадигма Кена Уилбера)

+7 921 784 40 03

[helen\\_balandina@mail.ru](mailto:helen_balandina@mail.ru)

[www.effectiven.ru](http://www.effectiven.ru)

[www.vk.com/effectiven](http://www.vk.com/effectiven)

[www.facebook.com/helen.balandina](http://www.facebook.com/helen.balandina)

Instagram: HELEN77779

Skype: Helen\_845

**«EQ. Мастерство эмоциональной компетентности. Психология экологичного влияния»**

**Авторская трансформационная программа**

**ЕЛЕНА БАЛАНДИНОЙ**

**по овладению мастерством EQ и совершенствованию управленческого стиля!**

**EQ** – не просто модное веяние в развитии управленческого стиля руководителя, а необходимая компетенция нашего времени.

**EQ** - важнейшая способность, которая делает вас успешным уже сейчас, независимо от статуса и задач.

**EQ** – колоссальная сила влияния, экологичного и созидющего, в отличие от манипулятивных техник.

Однако, чтобы овладеть **EQ** – нужно потрудиться.

Основная сложность – неумение работать с собственными эмоциями. Эмоции, вообще, относятся к табуированному контексту в нашей культуре. Люди - скорее мастера подавления эмоций, своих и чужих. Умение распознавать свои эмоции, их проявлять и выражать, управлять своими чувствами – фундамент эмоциональной компетенции.

Мы в любом случае оказываем влияние, особенно, если у нас есть полномочия и авторитет. Эмоциональная компетенция позволяет оказывать целевое влияние, необходимое для достижения долгосрочного результата, мотивируя и поддерживая сотрудников, без давления и насилия.

**EQ** обеспечит Вам долгосрочный и растущий управленческий успех.

**В программе:**

- Эмоции и чувства, как управленческий ресурс.
- Диагностика персональных эмоциональных табу.
- «Плохие» эмоции – как ими управлять?
- Любовь и ненависть – две стороны одной медали
- Как рождается внутренний конфликт, и как превратить его в ресурс
- Распознавание и управление своими эмоциями. Телесные техники.
- Манипуляция – как распознавать и противостоять.
- Конфликт внешний – зеркало внутреннего конфликта. Как использовать принцип зеркала в управлении и продажах.
- Внутренняя игра в конфликте.
- «Сидя в огне» - управление конфликтом.
- Распознавание и управление эмоциями других. 5 ловушек, и как из них выбраться.
- Эмоции в установлении контакта и управлении отношениями: присоединение, создание и развитие территории доверия.
- Партнерство. Сотрудничество. Со-творчество. WIN-WIN.
- Освоение территории собственных эмоций и минимизация личных ограничений, связанных с эмоциональным табу.
- Повышение позитивного эмоционального отношения к работе. Навык эмоциональной коммуникации.

## **О Елене Баландиной:**

Коуч-консультант, специалист по управлению изменениями и конструированию желаемого будущего (в интегральном подходе Кена Уилбера).

Лауреат премии "20 успешных людей Петербурга 2015" в номинации «Коучинг».

10 лет успешной управленческой карьеры; 7-лет практики коуч-сопровождения индивидуальных клиентов и организаций (Ижорский Трубный Завод, СеверстальИнвест, АвтоРемонтные Системы ARS, группа компаний МегаАвто и другие); 7 лет практики медитации «присутствие в моменте сейчас» (Экхарт Толле)

3 Образования: Педагогическое (2000, СПбГУ, фил.фак), Управленческое (2007, MBA VLERICK LEUVEN GENT MANAGEMENT SCHOOL), Психологическое (2009, Институт Коучинга Санкт-Петербурга).

## **Корпоративная специализация:**

- ✓ Интегральный коучинг для руководителей. Усиление и развитие управленческого стиля первых лиц и топ-менеджеров.
- ✓ Управление изменениями (интегральный подход Кена Уилбера). Инновации в бизнесе. Постановка системы проектного управления.
- ✓ Работа с бизнес целями и зонами упущенной прибыли.
- ✓ Постановка корпоративной системы развития и наставничества. Обучение руководителей.
- ✓ Постановка системы клиентоориентированного сервиса.
- ✓ Сессии организационного развития, стратегические сессии, сессии проектного планирования.
- ✓ Модераторство конфликтов, совещаний.
- ✓ Коммуникативные и навыки тренинги (продажи, успешные переговоры, целеполагание, тайм-менеджмент и пр.), коучинг для команд.
- ✓ Организация интерактивных дискуссий, семинаров, круглых столов.
- ✓ Проведение программ «Коучинг как стиль менеджмента».

## **Корпоративные авторские программы (BtoB):**

«Управление мотивацией для руководителей», «Как стать Генеральным директором? Достижение личной финансовой цели и целей профессиональной самореализации», «Наемный менеджер с предпринимательским подходом», «Управленческие компетенции», «Коучинг как стиль менеджмента», «Конфликт как ресурс роста организации» и др.

## **Корпоративные клиенты:**

ЗАО Ижорский трубный завод, холдинг Северсталь; юридическое бюро "S&K Вертикаль", портал детский лагерей INCAMP.RU, Сеть фитнес клубов Extrasport; CHEFCar. Лаборатория малярных и кузовных работ; ВиммБилльДанн; МегаАвто. Направление Hyundai; ООО "Автоцентр "Северо-Запад" VW Skoda; Группа компаний SPIN; Санкт-Петербургский АвтоБизнесЦентр, Авто Ремонтные Системы STANDOX, WESTFRACHT CIS, и др.