



СТРАТЕГИИ АНТИХРУПКОСТИ И БЛАГОПОЛУЧИЯ

для команд, реализующих проектные идеи
внутри образовательного учреждения

Ведущая
мастер-класса



АНДРЮШИНА ОЛЬГА ВЯЧЕСЛАВОВНА

- кандидат педагогических наук,
- профессиональный коуч,
бизнес-тренер

Программа мастер-класса

1. Начальный модуль
2. ДНК образовательной организации
3. Факторы устойчивости и благополучия лидера и команды
4. Практики антихрупкости и благополучия

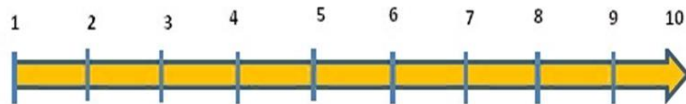


2 минуты
индивидуально

3 минуты
в группах

1. Что я хочу получить от встречи?

2. Моя оценка удовлетворенности
ходом проекта в ОУ



“

**ДНК образовательной
организации**

Культура управления опирается на 4 обязательных элемента ДНК

- Миссия,
- Ценности,
- Видение,
- Стратегия.



ЗАЧЕМ наша организация, ради чего она существует?
Чему мы служим, что мы даем людям и миру?

Коммуникационная функция —
«донести до потребителей
и сотрудников философию
существования организации
и ее отличие от конкурентов»



Видение

ЧТО мы хотим создать, какую организацию строим?

5–7 конкретных фактов, фотография организации в точке Б.

Сильное видение – ясный вектор развития, понятный каждому сотруднику.



Что снаружи - какие результаты получаем?

Как все организовано внутри?

Ценности

КАК мы делаем то, что мы делаем?

Что нам важно?

Ценности объединяют.

Ценности в каждый момент
влияют на выбор.

Ценности - фильтры принятия
решений.



ЗА СЧЕТ ЧЕГО

мы придем к этому видению?

За счет чего организация будет успешной?

Это не просто набор действий, это конкретный механизм достижения видения,

4–5 стратегических направлений.



ДНК

МИССИЯ	ВИДЕНИЕ
ЦЕННОСТИ	СТРАТЕГИЯ

Если в команде есть понимание ДНК и ориентиров на 2–3 года, значит есть энергия, смысл и ясность.

Сможете ли вы по памяти заполнить все 4 элемента ДНК своей организации?

Если да, то с ДНК вашей организации ВСЕ ОТЛИЧНО

1. Определите миссию (зачем мы?)
2. Опишите видение на 3 года (какие мы?)
3. Каковы наши ценности?
4. Определите стратегические направления

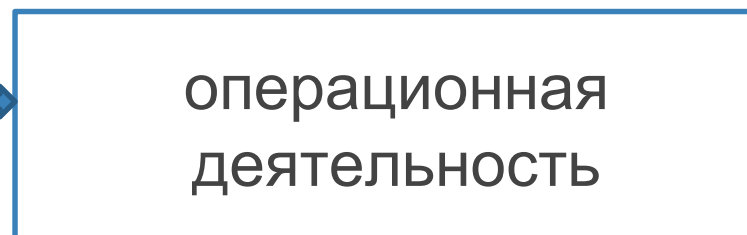
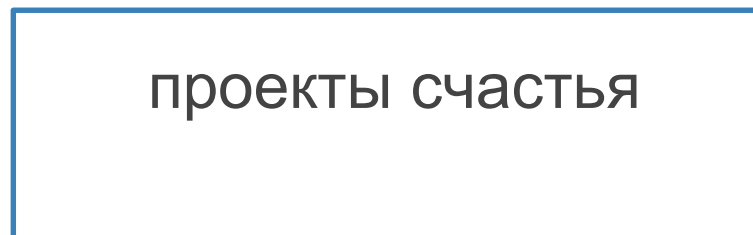
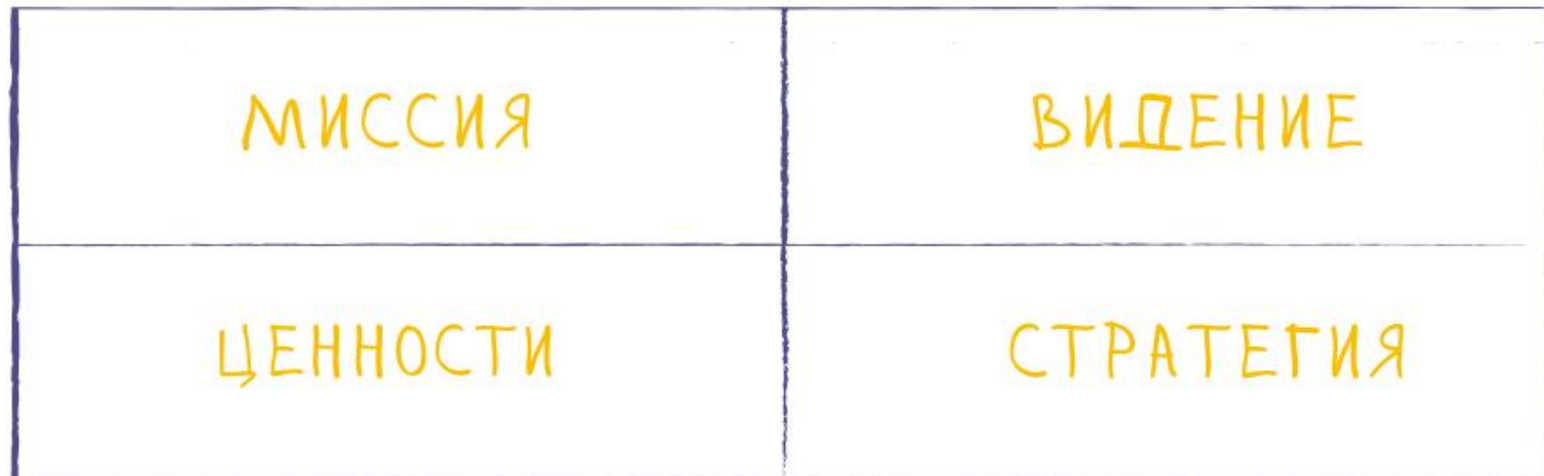
домашнее
задание

МИССИЯ	ВИДЕНИЕ
ЦЕННОСТИ	СТРАТЕГИЯ

Роль и место проектов в реализации стратегических целей организации



ДНК организации и проекты



Ключ к успеху – непрерывные и настойчивые действия

1. Принятие решения реализовать проект счастья.
2. Определить, что и как делать.
3. Прилагать усилия каждый день, каждую неделю.
4. Делать это в течение длительного времени

Счастье – это навык

“



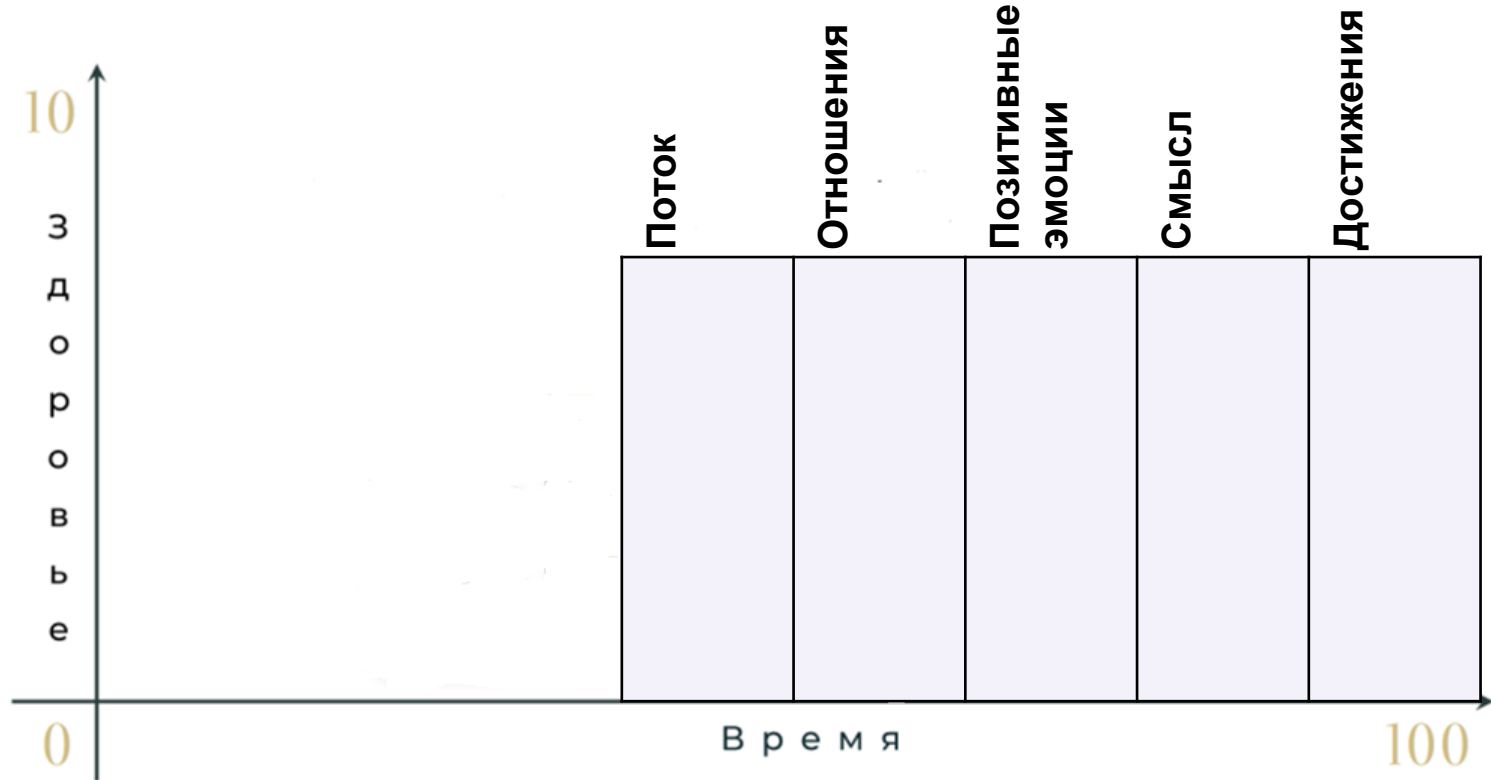
**Факторы
устойчивости и
благополучия
лидера и
команды**

Команда проекта



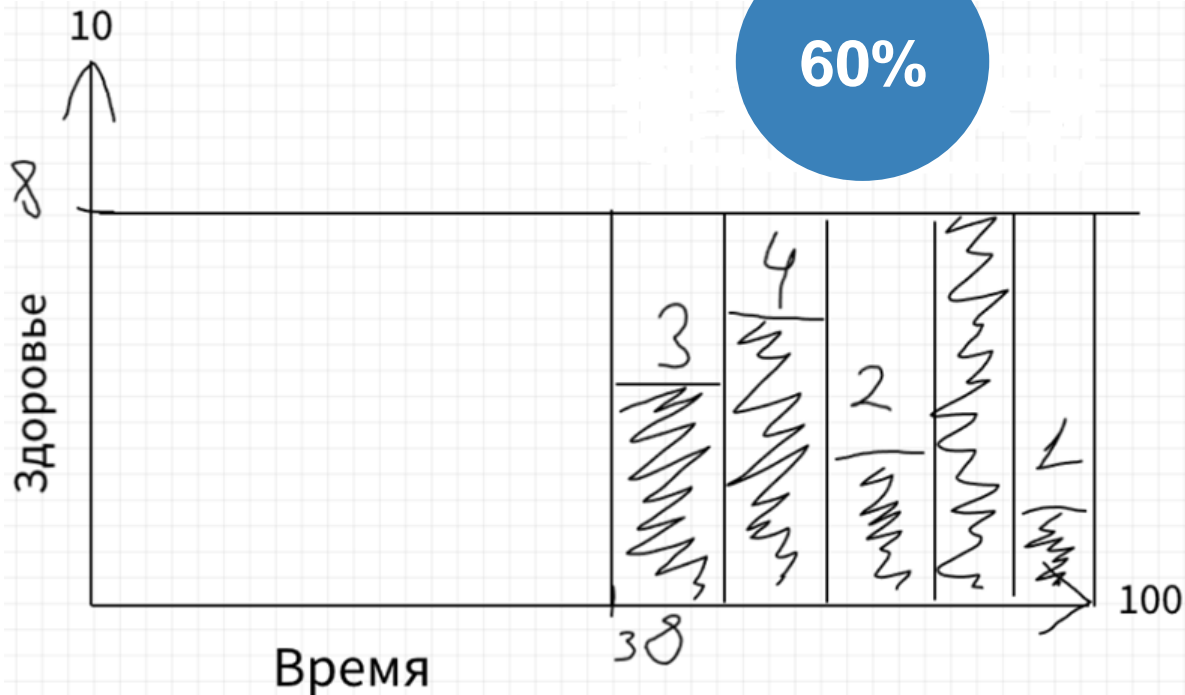
Оценка факторов энергии (благополучия)

(на основе модели М.Селигмана)



Факторы энергии (благополучия)

60%



Посчитайте сумму баллов

1-13 – вам не хватает эмоциональной стабильности

14-18 – недостаточно ясности и/ или специфических навыков

19- 25 – нужны более масштабные цели и шаги

Сколько % из 25 у вас получилось?

**Почему вы еще на 25
из 25**



“

Практики антихрупкости и благополучия

Практики счастья
(С.Любомирски «Психология
счастья. Новый подход»)

12 стратегий счастья:

1. Выражать благодарность
2. Развивать оптимизм
3. Меньше думать и не сравнивать себя с другими
4. Делать добрые дела
5. Поддерживать и развивать близкие отношения
6. Стратегии копинга
7. Учиться прощать
8. Войти в состояние "потока"
9. Наслаждаться жизнью
10. Ставить перед собой цели
11. Духовные и религиозные практики
12. Забота о своём теле

Соня Любомирски

ПСИХОЛОГИЯ
СЧАСТЬЯ новый
подход



международный
бестселлер



1. Утренняя Зорька
2. Слово дня. Свой календарь
3. Танцевальные паузы
4. День позволения



«5 Ритмов» – это практика медитации в движении, созданная Габриэллой Рот.

Пять ритмов следуют друг за другом в определенной последовательности:

- Ритм Потока (**Flowing**) – текучесть и грация.
- Ритм Стаккато (**Staccato**) – четкость и точность.
- Ритм Хаоса (**Chaos**) – заявка на поиск творческой формы.
- Ритм Лиричности (**Lirical**) – синтез и интеграция.
- Ритм Покоя (**Stillness**) – умиротворенность и успокоение.



Представьте от своей группы небольшой рассказ в формате сказки, в котором будет присутствовать любая практика счастья из вашего опыта.

7 минут



ОЛЬГА АНДРЮШИНА



olgaandryushina@yandex.ru

89276117433



Практики счастья

VK

[Ольга Андрюшина \(vk.com\)](https://vk.com/olgaandryushina)

https://t.me/SelfLove_new_level

<https://t.me/+WzVbdnu-MAE3MjYy>