

БИЗНЕС
ИДЕИ

БИЗНЕС
РЕШЕНИЯ

БИЗНЕС
ТЕХНОЛОГИИ

БИЗНЕС
ПРОЦЕССЫ

www.TOP-PERSONAL.ru

УПРАВЛЕНИЕ ПЕРСОНАЛОМ

Ведущие эксперты по управлению персоналом — 71852, 70555, 72835

№ 17
(621)

2021

Главная тема: **ЛУЧШИЕ КОУЧИ США**



ЛИНДСИ
АНДЕРСОН



ДЖЕЙ
АБРААМ



МЕЛИНДА
ЕМЕРСОН



ЭНТОНИ ДЖОН
ЭМИКС



БЭРРИ
МОЛЬЦ



КАРЛ
БРАЙАН



ДЖОН
МАТТОН



ЭРИН
ХЕНРИ



ШЕРРИ
ХОФФ



ЭНДИ
ТЁРНЕР



БРЭД
ШУГАРС



ДЭН
САЛЛИВАН



МЕЛИССА
ДОУН



РОБЕРТ
ВАЙНИ



АЙАН
БРОДИ



МАЙКЛ БУНГЕЙ
ШТАЙНЕР



ПОЛ
МАТИНЕЛЛИ



РИЕВА
ЛЕСОНСКИ



ДЭЙВ
БЭЙЛИ



ТОММИ
ВУЛФИ



ГЛЕН
СМИТ



МЭТТ
ВЭРД



ЛИЗЗИ
МОУЛТ



ЭРЛИН
КЛЯЙН



РОБ
КАРОЛ



ДЖУЛИ
КИЗ



КРИС
КЕНБЕР



ДЖЕЙМС
КАДЕМАН



ЗАК
ДЕ СИЛЬВА



НИК
БЕТТС

Партнёры

**КОЛОНКА РЕДАКТОРА**

Модели управления – важная тема.



сделает ее постоянной.

Правильно выбранная модель – как дорога в лесу или пустыне.

Пишите нам...

*Успехов в бизнесе!
Главный редактор ИД
Александр Гончаров*



Главный редактор — Александр Гончаров,
почта TR@TOP-PERSONAL.RU

PR-директор — Надежда Гончарова

Креативное агентство и редакция —
ИП «Н. Пронина»

Выпускающий редактор — Павел Кочетков

Секретарь по коммуникациям — Алена
Верещагина, почта: top-personal2020@mail.ru

Дизайн и верстка — агентство «АртРиль»

Подписные агентства — агентство «Вектор-Ч»
(Генеральный директор — Андрей Чепайкин)

Сайт — Петр Москвичев, Римма Абол

Логистика — агенство «КУРЬЕР-УНИВЕРСАЛ»
(Генеральный директор — Елена Чечикова)

Главный бухгалтер — Наталья Фомичева

Официальный аудитор — Аудит-Босс
(Генеральный директор — Олег Буйденко)

Юридическая поддержка — «Тарес»

**Александр Ерохин,
БИЗНЕС-ТРЕНЕР**

Евгений Сугробов,
БАНКИ.РУ

HR-экспертиза

ЛюдиPeople

Повышение эффективности
и производительности без затрат

Девиз «ЛюдиPeople»:
«Практика – критерий истины»



Консалтинговая компания
«ЛюдиPeople» – эксперт в вопросах
повышения производительности.

НАС ВЫБИРАЮТ ДЛЯ:

- Сокращения затрат на труд, логистику, закупки;
- Сокращения производственных потерь;
- Повышения эффективности бизнеса;
- Оптимизации бизнес-процессов;
- Нормирования и организации труда;
- Построения систем оплаты труда и мотивации;
- Создания оптимальных оргструктур;
- Проведения обучения по развитию управленческих навыков и внедрения бережливого производства.



С 2009 года мы накопили более
200 кейсов повышения
производительности.

НАШИ КЛИЕНТЫ –
ЛИДЕРЫ В СВОИХ ОТРАСЛЯХ:

- Машиностроении;
- Metallургии;
- Добыче и переработке полезных ископаемых;
- Транспорте;
- Здоровоохранении;
- Химии и газохимии;
- Государственных и бюджетных организаций.

НАША ПРАКТИКА



КЕЙС 1

Крупное предприятие черной металлургии

Задача:

оптимизация ФОТ пилотных подразделений не менее чем на 25%

Результат:

комплекс мероприятий, снижающих ФОТ на 37%



КЕЙС 2

Крупнейший оператор контейнерных перевозок

Задача:

сокращение расходов на аппарат управления, создание его новой оргструктуры и штатного расписания

Результат:

сокращение численности управленческого персонала на 28%, автоматизация ее расчета



КЕЙС 3

Атомная промышленность.
Управляющая инжиниринговая компания.

Задача:

повысить производительность труда, оптимизировать бизнес-процессы.

Результат:

построена стратегическая функциональная матрица, КПЭ, рассчитана оптимальная численность на планируемый объем производства, описан план достижения результата по каждой функции.

Даже самый успешный бизнес имеет резервы повышения эффективности.

МЫ НАЙДЕМ ИХ!



www.hr-people.ru
petrova@hr-people.ru



+7 (495) 105-93-73
+7 (985) 774-10-08

УПРАВЛЕНИЕ ПЕРСОНАЛОМ

Содержание

- 5
- 13
- 21
- 25
- 29
- 31
- 33
- 35
- 37
- 43
- 45
- 47
- 51
- 59

ИССЛЕДОВАНИЕ
Лучшие коучи США

МОДЕЛИ УПРАВЛЕНИЯ
Эффективные модели управления

Александр Ерохин, бизнес-тренер

ВОВЛЕЧЕННОСТЬ
Я делаю акцент на профессионализм

Анна Прокудина, Группа компаний TFN

ЦИФРОВИЗАЦИЯ
Цифровизация в том и состоит, чтобы начать работать по-другому

Евгений Сугробов, Банки.ру

НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И ПЕРСОНАЛ
Растите в компании людей которые будут способны работать с новыми решениями

Элеонора Русанова, «Код Безопасности»

КОММЕНТАРИИ
За пять лет российский офис Microsoft сократился вдвое

Владимир Самохвалов, SBS Consulting

СТАРТАПЫ
Не дайте себя отговорить

Дмитрий Плотников, MyBuddy.AI

КОММЕНТАРИИ
«Учитесь тому, что машины делать не могут»: Дэниел Сасскинд о будущем без работы и опасности безусловного дохода

Дмитрий Жирнов, «Бридж ту ЭйчАр»

КОРПОРАТИВЫ
Обязательные корпоративы на природе

Елена Ключева

НОВОСТИ
Четвёртая промышленная революция: лидерство Китая неоспоримо

ВИРТУАЛЬНЫЙ МИР
Завтра было вчера

Станислав Воронин, VIA Technologies

Виртуальная реальность уже реальность

Евгений Фонин, Импульс Телеком

БИЗНЕС-ЛИТЕРАТУРА
«Спасательные круги»: 6 практик гарантированного спасения от жизни с нереализованным потенциалом

ЗА РУБЕЖОМ
Антивирусная компания и смерть в тюрьме: история Джона Макафи

Кристина Кузнецова

Материалы, опубликованные на данном цвете, печатаются на правах рекламы.

www.top-personal.ru

Подписано в печать 02.07.2021 г.
Формат 60х90 1/8. Печать офсетная.
Тираж 10 000 экз. Печ. л. 8.
Заказ №

Отпечатано в полном соответствии с качеством предоставленного электронного оригинал-макета в ООО «Белый ветер»
г. Москва, ул. Щипок, 28

Приглашаем авторов к сотрудничеству: tp@top-personal.ru

Издательство не несет ответственности за содержание рекламных объявлений. Издательство не всегда разделяет мнения и взгляды авторов. Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

Цена свободная

© ООО «Журнал «Управление персоналом», 1996
© ЗАО «Бизнес-школа «Интел-Синтез», 2006

ISBN 5-95630-007-7



9 785956 300077 >

№17
(621)

Издаётся с 1996 г. 2021 г.

Объединённая редакция

ИД



Издание зарегистрировано Комитетом Российской Федерации по печати Свидетельство о регистрации выдано Министерством РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций ПИ № 77-15375 от 12 мая 2003 г.

Официальный адрес

TP@TOP-PERSONAL.RU

Ведущие эксперты УП



Тахир
Базаров



Михаил
Богданов



Дмитрий
Жирнов



Дмитрий
Карманов



Татьяна
Коженикова



Дарья
Крячкова



Михаил
Молоканов



Марина
Олешек



Виктория
Петрова



Сергей
Пронин

Подписные индексы
ГК «Урал-Пресс»: 29431, 29622

ЛУЧШИЕ КОУЧИ США

Линдси Андерсон

Чем известна: помогает предпринимателям создать и монетизировать свой бизнес. Является автором книги Click Technique, в которой Андерсон рассказывает о том, как правильно привлекать потенциальных клиентов.

<https://www.lindseya.com>



Джей Абраам

Чем известен: Абраам создал несколько методик, благодаря которым его клиентам удалось заработать миллионы долларов. Коуч занимался почти всеми видами бизнеса, поэтому его услуги востребованы по всему миру.

<https://www.abraham.com>



Мелинда Эмерсон

Чем известна: Эмерсон является экспертом в области развития малого бизнеса, а также ведёт свой блог, где даёт советы по продвижению бизнеса любого уровня. Журнал Forbes назвал её женщиной-предпринимателем №1.

<https://succeedasyourownboss.com>



Энтони Джон Эмикс

Чем известен: основатель компании Amyx Media, которая занимается стратегиями развития бизнеса. Как коуч, Эмикс специализируется на обучении предпринимателей, которые хотят расширить бизнес, сохраняя при этом баланс между работой и личной жизнью.

<https://ajamyx.com>



Бэрри Мольц

Чем известен: специализируется на расширении малого бизнеса. Автор книги «Нужно быть немного сумасшедшим», которая помогает раскрыть свой потенциал.

<https://barrymoltz.com>



Карл Брайан

Чем известен: Брайан является консультантом по продажам и маркетингу. Брайан владелец быстроразвивающейся онлайн школы, которая помогает в кратчайшие сроки обречь всем необходимым навыкам для старта собственного бизнеса.

<https://karlbryan.com>



Джон Маттон

Чем известен: мировой авторитет по вопросам интеллектуального лидерства. Он является главным тренером и создателем техники обучения и сертификации руководителей IL.

<https://johnmattone.com>



Эрин Хенри

Чем известна: создательница курсов Game Changer, которые помогают стать настоящим идейным лидером. Также Хенри ведёт свой блог о цифровом предпринимательстве.

<https://www.thegamechangercompany.com>



Шерри Хофф

Чем известна: бизнес-тренер вдохновляет своих клиентов на серьезные изменения, которые приводят к росту их бизнеса. Помимо коучинга, Хофф пишет книги, посвященные стратегиям достижения успехов и вдохновению.

<http://www.lifeisjoyful.org>



Энди Тёрнер

Чем известен: специализируется на развитии малого бизнеса. Учит простым стратегиям, как прийти от слов к действиям и монетизировать своё дело.

<http://vanguardbusinesscoaching.com/coaching/>



Брэд Шугарс

Чем известен: Шугарс научит вас, как из маленького бизнесмена превратится в гуру-предпринимателя и занять свою нишу на рынке. Коуч учит тому, что в любом деле нельзя вестись только на красивую картинку, бизнес требует бдительности.

<https://www.actioncoach.com>



Дэн Салливан

Чем известен: основатель компании Amyx Media, которая занимается стратегиями развития бизнеса. Как коуч, Эмикс специализируется на обучении предпринимателей, которые хотят расширить бизнес, сохраняя при этом баланс между работой и личной жизнью.

<https://ajamyx.com>



Мелисса Доун

Чем известна: Доун является сертифицированным тренером по продвижению бизнеса. Коуч также помогает людям решиться стать предпринимателями, оставив скучную работу в офисе.

<https://ceoofyour.life>



Роберт Вайни

Чем известен: успешный бизнесмен и тренер. Имея огромный опыт ведения бизнеса, Вайни теперь делится им в своей школе Prestige Business Coaching. По мнению коуча, самое главное в предпринимателе — это креативность.

<https://www.prestigebusinesscoaching.co.uk>



Айан Броди

Чем известен: сторонник нестандартного маркетинга. Консультирует по вопросу привлечения клиентов.

<https://www.ianbrodie.com>



Майкл Бунгей Штайнер

Чем известен: Майкл является автором пяти бестселлеров, в том числе «Коучинг-лидерство». Штайнер считает, что коучинг может помочь в ведение дел не только бизнесменам, но и обычным людям.

<https://boxofcrayons.com/press-archives/michael-bungay-stanier-box-of-crayons/>



Пол Мартинелли

Чем известен: коуч путешествует по миру в поиске различных идей для бизнеса и обручает ими других.

<https://paulmartinelli.net>



Риева Лесонски

Чем известна: является президентом GrowBiz Media, компании, обслуживающей малый бизнес. Лесонски также выступает как колумнист, пишет о розничных тенденциях и женщинах в бизнесе.

<https://growbizmedia.com>



Дэйв Бэйли

Чем известен: разработал несколько коучинговых программ для генеральных директоров. Бэйли помогает руководителям получить новые полезные навыки и стать более независимыми среди конкурентов.

<https://www.dave-bailey.com/>



Томми Вулфи

Чем известна: помогает создать свой стартап и развить его до крупного предприятия. Вулфи успешный предприниматель, который также помогает сделать уже существующий бизнес более устойчивым на рынке, конкурентно-способным и узнаваемым.

<http://thestartupexpert.com>



Глен Смит

Чем известен: создатель системы Business Acceleration Process, которая помогает предпринимателям развивать свой бизнес и при этом быть счастливым человеком.

<https://www.glennsmithcoaching.com>



Мэтт Вэрд

Чем известен: Мэтт специализируется на работе со стартапами, на создании и продажи предприятий. Он является ведущим экспертом Amazon.

<https://mattward.io>



Лиззи Моулт

Чем известна: австралийка помогает предпринимателям раскрыть свои природные таланты и вывести бизнес на новый уровень.

<https://lizziemoult.com>



Эрлин Кляйн

Чем известна: сотрудничает с бизнесменами в сфере здоровья и семьи. Ее цель – помочь людям обрести самого себя, работая в сфере, которая приносит удовольствие.

<https://arleneklein.com>



Роб Карол

Чем известен: разработал систему пяти принципов в бизнесе. Эксперт по тайм-менеджменту и продвижению бизнеса.

<https://www.robcarol.com>



Джули Киз

Чем известна: владелица компании по продвижению KeyeStrategies LLC. Благодаря своему опыту, Киз знает, как балансировать между работой и домом, как быть успешной везде.

<https://keyestrategies.com>



Крис Кенбер

Чем известен: стратег в сфере продаж и маркетинга. Является сертифицированным коучем, помогает своим клиентам вносить изменения в существующую модель управления бизнесом, рисковать и получать с помощью этого высокую прибыль.

<https://www.chriskenber.com>



Джеймс Кадеман

Чем известен: Кадеман предлагает свою помощь в ведении бизнеса через основанную им компанию Draw in Customers Business Coaching. Также он является автором подкаста, где рассказывает о росте предприятий.

<https://drawincustomers.com>



Зак де Сильва

Чем известен: владелец Business Changing. Компания консультирует клиентов в поиске уникального личного стиля, брендинга.

<https://www.businesschanging.com>



Ник Беттс

Чем известен: коуч в сфере продаж и финансов. Сейчас Беттс сконцентрирован на обучении других предпринимателей. Самые важные навыки, которым он учит - гибкость и прямолинейность.

<https://www.nickbettes.co.uk>



*Кристина Кузнецова,
автор исследования

Эффективные модели управления



Александр Ерохин

бизнес-тренер, Лауреат
премии **КАПИТАНЫ**
РОССИЙСКОГО БИЗНЕСА
2021 в номинации
лучшие бизнес-тренеры

Я делаю акцент на профессионализм



начала, Анна предложила прояснить, кто такой вовлеченный сотрудник, чтобы понять, делаем ли мы акцент именно на это.

Вовлеченный сотрудник, с её слов, это тот, кто заинтересован в успешной деятельности компании. Он поддерживает командный дух, активно участвует в жизни организации, налаживает отношения в коллективе. В TFN, мы напрямую заинтересованы в том, чтобы иметь у себя в штате именно вовлеченных сотрудников.

«Для меня, как для HR – директора, это достаточно важный аргумент, потому что это влияет на качество персонала в целом.» — считает Прокудина.

Еще проявлением вовлеченности можно назвать проявление инициативности. «Инициативный сотрудник – желанный сотрудник для любой компании.» – говорит эксперт.

Поэтому её компания, как и все, испытывает потребность в специалистах, которые включены в жизнь компании,



Анна Прокудина
Группа компаний TFN

Цифровизация в том и состоит, чтобы начать работать по-другому

С экспертом беседовал гл. редактор 

А. Гончаров

 Интересно Ваше мнение о цифровизации, и как ваша компания реагирует на происходящую digital-трансформацию в нашей стране?

 **Банки.ру** – это изначально пример онлайн бизнеса, который строился в цифровом пространстве, а в условиях пандемии он не только не пострадал, но и получил активное развитие. Если говорить о внутренних процессах, то с началом пандемии мы были вынуждены очень быстро их перестроить: сделать удобными, цифровыми и главное – эффективными, что у нас, на мой взгляд, получилось сделать в очень короткие сроки. Пандемия дала нам возможность расширить географию поиска новых сотрудников. Так, например, за последний год



Евгений Сугробов

Банки.ру

Контекст жизни



Как научиться
управлять
привычками,
которые
управляют нами



Владимир Герасичев

Иван Маурах, Арсен Рябуха

Владимир Герасичев

Контекст жизни



Растите в компании людей которые будут способны работать с новыми решениями

https://zen.yandex.ru/media/htech_plus/glava-nvidia-my-pridem-k-sliianiiu-virtualnogo-i-fizicheskogo-mira-6087f1b14caa4255070a3c1c



втор не является независи-
мым лицом, а заинтере-
сован в развитии виртуальной (VR) и
дополненной (AR) реальностей, требу-
ющих увеличения мощности видеокарт,
которые его компания производит. Это
лишь предположение Дженсена Хуанга
о будущем мира. По факту оно может
наступить в ином ключе. Если говорить
о сроках слияния виртуального и физи-
ческого миров, то это может произойти
уже в 2025–2030 годах.

Чтобы быть готовыми к новой реаль-
ности, нужно постоянно учиться. Со-
временные знания уже через 5–10 лет
способны обесцениться. Особенно это
касается навыков, которые могут быть
алгоритмизированы. Их отдадут на от-
куп автоматизации. Она же повлияет на
изменения организационных структур
бизнеса и предприятий. Нужно быть го-
товыми к дизрапшнам (взрывным изме-
нениям) — когда инновации будут изме-
нять соотношение ценностей на рынке.



Элеонора Русанова

«Код Безопасности»

За пять лет российский офис Microsoft сократился вдвое

[https://www.rbc.ru/technology_and_media/11/06/2021/60c2](https://www.rbc.ru/technology_and_media/11/06/2021/60c227559a7947e5465ffb68)

[27559a7947e5465ffb68](https://www.rbc.ru/technology_and_media/11/06/2021/60c227559a7947e5465ffb68)

УП Как влияет на эффективность бизнеса и численность вашего персонала прогресс в ай-ти продуктах?

Современные ай-ти решения позволили повысить эффективность работы компании с точки зрения использования офисных площадей и привлечения сотрудников в регионах. Теперь благодаря комбинированному формату работы потенциальная численность московского офиса увеличилась в два раза. Также мы смогли привлечь и полностью обучить сотрудников в регионах. Если до использования современных ай-ти решений потенциальная численность нашей компании (при существующей инфраструктуре) составляла 50 человек, то на сегодняшний день – это 100-120 человек.

УП Почему прогресс в ай-ти иногда ведет к росту расходов и раздувает персонал?

— Прогресс в ай-ти может в итоге привести к увеличению расходов и



Владимир
Самохвалов

SBS Consulting

Не дайте себя отговорить

С экспертом беседовала
А. Павлова

УП Дайте самый необычный совет тем, у кого есть идеи новых бизнесов, и они никак не решаться его начать?

Совет для выходцев из СНГ. Сделайте исподтишка, никого не спрашивайте. Напролом. Сделайте что-то, что сожжет мосты и надо будет бежать дальше. Как будто вы точно правы. Не спрашивайте друзей, знакомых, семью — они вас точно отговорят. Чем дольше будете рассуждать — тем больше найдете причин не делать. Это совет, который для 99% предпринимателей закончится плохо. Потому что это и есть настоящая статистика — 99% неудач и 1% успеха. К сожалению, в нашей постсоветской культуре сложилось неправильное отношение к неудачам, которое парализует любую



Дмитрий
Плотников

MyBuddy.AI

«Учитесь тому, что машины делать не могут»: Дэниел Сасскинд о будущем без работы и опасности безусловного дохода



Сейчас очень много публикаций с посылом, что завтра искусственный интеллект заберет наши рабочие места, и мы будем нищенствовать, если срочно не освоим новую профессию. Регулярно в СМИ обновляются списки «умирающих» профессий.

Совсем недавно вышла еще одна книга на эту тему. Ключевая мысль в книге «Будущее без работы» Дэниеля Сасскин-да: «Мы недооцениваем риски автоматизации, всем нужно срочно учиться тому, что машины делать не смогут».

Как говорила персонаж фильма «Москва слезам не верит»: «Времена всегда одинаковые!» Во все времена прогресс воспринимался частью населения как трагедия.

Профессии не отмирают мгновенно по щелчку эволюции. Всегда идет постепенная передача отдельных функций профессии кому-то другому, в наше время – компьютерам и искус-



Дмитрий Жирнов

«Бридж ту ЭйчАр»

www.bridge2hr.ru

Обязательные корпоративы на природе

Что такое корпоратив? Корпоратив – это место отдыха, развлечения и общения сотрудников компании, где они могут пообщаться друг с другом в неформальной обстановке, а также поближе познакомиться с коллегами и начальством. С одной стороны кажется, что корпоратив – обязательное времяпрепровождение для всех, кто трудится в компании. Вечеринку чаще всего организуют в нерабочее время, озвучив какой-нибудь весьма веский повод, обещают, что на празднике будет весело и коллектив сможет сплотиться все сильнее, также хочется отметить, что корпоратив – это один из современных и совершеннейших методов управления персоналом. Руководитель компании за некоторое время может увидеть и оценить поведение своих подчиненных, а также будущую картину ведения своего бизнеса.

В каждой компании, не важно, российская она или зарубежная, всегда есть работники, которые не очень-то и разделяют мнение руководства. Не всем нравятся корпоративы, и многие их считают «обязаловкой» и «проведением времени не так, как хочется мне». Неформальные посиделки до поздней ночи в офисе или в каком-то заведении весьма изматывают людей. Работники вынуждены сдвигать свои планы, дабы угодить начальству. В некоторых компаниях корпоративы настолько обязательны, что руководители не стесняются привлекать сотрудников к дисциплинарной ответственности из-за отсутствия на празднике фирмы.

В этой статье мы попробуем разобрать все за и против корпоративов, а также немного заглянем в судебную практику. Да-да, судебная практика по этому поводу тоже есть.



Елена Ключева

Завтра было вчера

*Фантасты давно писали о ВИРТУАЛЬНОМ МИРЕ,
но кажется он уже НАСТАЛ.*

Ангелика Шигаева обсудила с экспертом это.

С экспертом беседовала

А. Шигаева

УП Как скоро произойдет
то о чем пишет автор?

*М*ногое, о чем пишет автор, доступно уже сейчас. Элементы дополненной реальности не менее 5 лет используют крупнейшие производственные предприятия – глобальные лидеры своих отраслей. Игровую зону с погружением в виртуальный мир можно найти практически в любом крупном развлекательном центре. По мере развития технологии произойдет ее удешевление и взрывное распространение во всех областях человеческой жизни. Лидерами скорее всего будут – сфера развлечения, сервисы обучения, промышленное производство (особенно области опасного производства), маркетинг и продажи. С учетом текущих темпов развития современных техно-



Станислав
Воронин

BIA Technologies

Виртуальная реальность уже реальность

Эксперт комментирует новости о виртуальных компаниях – двойниках

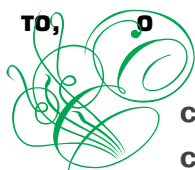
С экспертом беседовала
В. Павлова



Евгений Фонин

Импульс Телеком

УТ Как скоро произойдет
то, о чем пишет автор?



если говорить о полноценном слиянии физического и виртуального миров, о чем пишет автор, то, на мой взгляд, это произойдет не так уж и скоро.

Может лет через 10-15. Это если говорить о слиянии вообще, вплоть до бытового уровня, когда каждый человек уже будет воспринимать параллельный виртуальный мир как часть своего нормального окружения.

Но в промышленности, производстве, медицине, строительстве, творчестве, досуге это уже начинает происходить, и темпы появления рабочих

«Спасательные круги»: 6 практик гарантированного спасения от жизни с нереализованным потенциалом

В практике «спасательных кругов» Хэл собрал лучшие методы развития осознанности, формировавшиеся на протяжении столетий. Теперь этот ритуал стал частью и моего дня.

Многие люди используют один из «спасательных кругов» каждый день – например, делают зарядку. Одни практикуют тишину – медитируют, или письмо – ведут дневник. Однако до тех пор, пока Хэл не объединил «спасательные круги», никто не выполнял все шесть практик каждый день.

Метод «Чудесное утро» идеально подходит занятым, успешным людям.

Ежедневная практика «спасательных кругов» напоминает мне заправку тела, разума и духа ракетным топливом перед началом дня, каждого моего дня.

~ Роберт Кийосаки, автор бестселлера Rich Dad, Poor Dad

Оптимизм, воодушевление, успех. Опустошенность, неудовлетворенность, подавленность. Это лишь некоторые из противоположных по смыслу слов, описывающих, что творится в душе предпринимателя в разные дни.

Ежедневно после пробуждения каждый из нас сталкивается с одним и тем же вызовом— как преодолеть самоограничения и в полной мере раскрыть свой потенциал? К сожалению, большинство предпринимателей весьма далеки от этой цели. Они довольствуются гораздо меньшим, чем собственные устремления, и пока только мечтают перейти на новый уровень, испытывая сожаления, так как часто не понимают, что для этого нужно сделать.

Вы когда-нибудь испытывали чувство, что бизнес и жизнь, о которых вы мечтаете, и человек, которым вам необходимо стать, чтобы создать и то и другое, лежат за пределами ваших возможностей? При виде успешных, превосходящих вас во всем предпринимателей не кажется ли вам, что им удалось узнать какой-то секрет? Может, им известно то, чего не знаете вы? А знай вы это, тоже преуспели бы?

Большинство предпринимателей так и не находят в себе сил преодолеть разрыв, который отделяет их нынешних от тех, какими они могли бы стать. Разочаровавшись в себе, не имея мотивации для приложения усилий и получения



и миром энергию, а выдыхаете тревоги и стресс. Наслаждайтесь тишиной. Наслаждайтесь моментом. Просто дышите. Просто будьте.

— Если вы обнаружите, что мысли не оставляют вас в покое и продолжают течь непрерывным потоком, попытайтесь сосредоточиться на одном слове (или фразе) и повторять его снова и снова на вдохе и выдохе. Например, на вдохе: «Я вдыхаю уверенность», на выдохе: «Я выдыхаю страх». Слово «уверенность» можно заменить на любое другое в зависимости от того, чем бы вы хотели наполнить свою жизнь (любовь, вера, энергия и прочее), а слово «страх» — на то, от чего хотели бы избавиться

(стресс, беспокойство, обида и прочее).

Медитация — это подарок, который вы можете преподнести себе каждый день. Для меня эта часть утреннего ритуала стала любимой. В это время я нахожусь в мире с собой, испытываю благодарность и свободен от повседневного стресса и забот.

Думайте о ежедневной медитации как о небольшой передышке, отдыхе от жизненных проблем. По ее окончании они, конечно же, никуда не денутся, но вы заметите, что стали более сосредоточенными и лучше подготовленными к их решению.

Журнал



Отрывок из книги:

Хэл Элрод, Кэмерон
Герольд, Хонори Кордер

Магия утра для предпринимателей. Как начинать свой день, чтобы поднять бизнес на новый уровень



издательство
МИФ

Издательство «МИФ»
8 800 775-67-41
www.mann-ivanov-ferber.ru

ЗА РУБЕЖОМ

Антивирусная компания и смерть в тюрьме: история Джона Макафи



Джон Макаф

американский программист, основатель
компании-разработчика антивирусного
программного обеспечения McAfee

ЗА РУБЕЖОМ

”

— 1 —

Первое, что узнаешь в жизни, —
это то, что ты дурак.
Последнее, что узнаешь, —
это что ты все тот же дурак.

Рэй Бредбери
Американский писатель



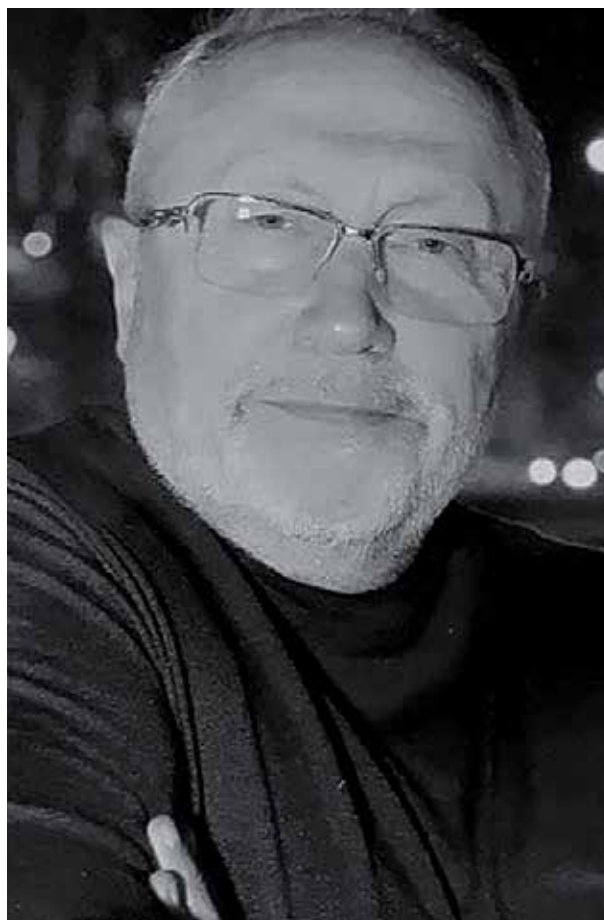
Бизнесмен из списка Forbes умер от коронавируса

<https://www.forbes.ru/newsroom/milliardery/433297-biznesmen-iz-spiska-forbes-umer-ot-koronavirusa>

Участник рейтинга богатейших россиян Олег Бурлаков умер от коронавируса, сообщили источники Forbes. Бизнесмен скончался в Монако, куда он недавно приехал из Москвы

Бизнесмен Олег Бурлаков скоропостижно скончался 23 июня от коронавируса. Об этом Forbes рассказал знакомый бизнесмена и подтвердил знакомый его супруги. Forbes направил запрос в Стройлесбанк.

Собеседник Forbes, близко знавший Бурлакова, сообщил, что предприниматель умер в Монако, где проживал последние годы. В княжество он не так давно вернулся из Москвы, уточнил он. Второй источник Forbes утверждает, что бизнесмен скончался еще 21-го июня в Москве, и его тело до сих пор находится в Москве.



Олег Бурлаков

Бизнесмен



выражает соболезнования коллегам, близким и друзьям покойного

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЙ ПРАКТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

www.TOP-PERSONAL.RU



ТРУДОВОЕ ПРАВО

№ 7 (252)

ИЮЛЬ 2021

Подписные индексы: «Почта России» – 99724 Урал-Пресс: 47489

Марина Кузина

Охрана труда и другие нормы в сфере труда 2021. Новые правила и акты, которые не утратили силу

Светлана Чикулина

Как усилить контроль за удаленными работниками незаметно для них

Елена Ключева

Обязательные корпоративы на природе

Наталья Тихонова

Гендиректор в ответе за долги компании

Анастасия Кирина

Суд признал незаконным увольнение из-за нежелания работника носить маску и мерить температуру

Дарья Царькова

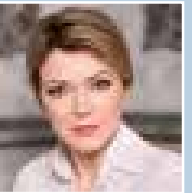
Золотой парашют

Антон Лалак

«Силовой захват и блокировка деятельности»

Алексей Горелов, Андрей Князев, Андрей Тронин

Уклонившуюся от психиатрического осмотра кассиршу отстранили от работы

						
Яна Алферова группа компаний ISS	Тарик Альхаури KYOCERA Document Solutions Russia	Татьяна Ананьева "Апостроф-медиа"	Елена Ануфриева Либерти Страхование	Александр Бер ГК InfoWatch	Анна Глазкова IMA Moscow	Сергей Горбатов IE Business School Madrid
						
Елизавета Гурьянова НТВ-ПЛЮС	Валерия Дворцова Визави Консалт	Анна Ермолина ОПТЭК Цайсс Групп	Жанна Завьялова бизнес-тренер	Алексей Загумёнов «Авира»	Ярослав Кабаков ИК «ФИНАМ»	Алевтина Каипова Volga Group
						
Евгений Капёв ЭКСМО	Натэлла Кобулашвили «ВЫБОР»	Иван Комыслянов АО «ЭР-Телеком Холдинг»	Алексей Коренев ГК «ФИНАМ»	Владимир Корицкий «Авито Работа»	Маргарита Крутова Финансовая группа QBF	Наталья Курчакова Научно-Технический Центр «Газпром Нефти»
						
Кристина Лапская SuperJob	Кристина Леонгардт ООО «Абсолют Страхование»	Анастасия Малахова «Конекрейнс Демаг Рус» Центр	Ольга Малашкина «Швабе»	Исаак Мостов ГК «РАМАКС»	Дмитрий Низковский Группа ПСН	Иван Носаков Сити XXI век
						
Татьяна Павличенко Ассоциация «Директориум»	Александр Подерёгин ООО «НПО «Космос»	Маргарита Розанова Хегох Евразия	Михаил Рубцов ООО «МЕТИНВЕСТ- ПРОМСЕРВИС»	Светлана Самолотова UCL HOLDING	Ирина Святницкая HeadHunter	Дмитрий Слинков Ростелеком
						
Светлана Стешина АО «Международный аэропорт «Внуково»	Игорь Столяров группа компаний СР	Алексей Стоянкин МДД Групп	Алла Третьякова АО КБ «Интерпромбанк»	Наталья Трубкина ПАО «Мечел»	Алексей Урванцев бизнес-тренер	Андрей Устожанин Кадровый центр «Эксперт»
						
Ольга Филиппова Eqvanta	Светлана Хамитова «Althausgroup»	Владимир Химаныч Райффайзенбанк	Алексей Чунтомов Rail Cargo Logistics- RUS	Аяз Шабутдинов холдинг Like	Елена Эрлих Московский Кредитный банк	Юрий Грымов

						
Елена Долгова «ВЕРТЕКС»	Борис Жалило Бизнес-тренер	Дмитрий Жирнов «Бридж ту ЭйчАр»	Эдгард Запашный	Владимир Зима «ПГС проект»	Валерий Золотухин IMPACT Capital	Наталья Карачевцева BSI-project
						
Марина Каримова ГК «Блок»	Олег Кивокурцев Promobot	Владимир Кожухарь бизнес-тренер	Кирилл Краснов CEO CLUB RUSSIA	Дарья Крячкова Nornickel	Андрей Кудряшов «Ангиолайн»»	Анна Лебедева Международный Эриксоновский Университет Коучинга
						
Айта Лузгина «Интериум»	Владимир Моженков	Михаил Молоканов	Олеся Мурашова Coleman Services	Вера Мухина Solit Clouds	Фарид Нигматуллин «ВидеоМатрикс»	Гали Новикова «Арт Бизнес Консалтинг»
						
Валерий Оськин «Развитие человеческого капитала»	Марина Починок TopCEOTeam	Павел Растопшин «Цифра»	Сергей Семенов	Валерий Сидоренко Digital-агентство «Интериум»	Александр Сидоров HeadHunter	Анна Симакова Training & Development Group
						
Анна Сметанникова психолог	Яна Табакова SEMrush	Светлана Фальковская A.S.Wellas	Лэнс Эндриус SHL	Юлия Алешина Леруа Мерлен	Наталья Принц HR-эксперт (США)	Дмитрий Карманов ПАО «Ростелеком»
						
Елена Хлевная El Lab	Елена Позолотина TMK2U	Глеб Архангельский бизнес-тренер	Гули Базарова	Александр Бочкин Инфомаксимум	Петер Ваго ООО «Эккейс Раша»	Татьяна Владимировна ООО Транс Бизнес Консалтинг-Юг
						
Ольга Глазкова ООО «Альфасигма Рус»	Павел Кочетков	Анастасия Наурузова «Ресурс»	Денис Решанов GigAnt	Оксана Набок Train your brain	Наталья Райш «Ангстрем»	