



INSUNRISE  
ASSESSMENT BEHAVIOR SYSTEM DISC

# МНОГОФАКТОРНЫЙ АНАЛИЗ ПОВЕДЕНИЯ

О Т Ч Е Т   О   С Т И Л Е   П О В Е Д Е Н И Я

СИНИЦИНА  
МАРИЯ

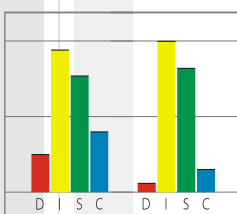
Organization LLC

manager

13/10/2017

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1 - Общие описания	4
ГЛАВА 2 - Анализ базовых компетенций	7
ГЛАВА 3 - Стиль принятия решений и преодоления проблем	8
ГЛАВА 4 - Стиль общения и убеждения	10
ГЛАВА 5 - Ритм деятельности и отношение к переменам	12
ГЛАВА 6 - Следование правилам и нормам	14
ГЛАВА 7 - Ценность для организации	15
ГЛАВА 8 - Мотивирующие стимулы	16
ГЛАВА 9 - Ограничители эффективности	17
ГЛАВА 10 - Мария вел бы себя эффективнее если бы	18
ПЛАН РАЗВИТИЯ	19
ГЛАВА 11 - Поведение при стрессе и давлении	20
ГЛАВА 12 - Рекомендации по улучшению общения с Марией	21
ГЛАВА 13 - Что следует избегать в общении	23
Профиль Поведения. Инструкция по применению	24
ГЛАВА 14 - Профиль Поведения.	25
Инструмент Роза INSUNRISE®. Инструкция по применению	26
ГЛАВА 15 - Инструмент Роза INSUNRISE®.	27



# ВВЕДЕНИЕ

Документ, который Вы держите в руках, является Отчётом о стиле Вашего поведения.

Система Аксессмента DISC INSUNRISE® основана на личностной модели, разработанной ученым PHD Вильямом Малтоном Марстоном в его фундаментальном труде «Эмоции нормальных людей», опубликованном в 1928 году. Dr. William Moulton Marston (May 9, 1893 – May 2, 1947) так же автор работы "Lie detector", в которой он описал принципы действия Детектора лжи.

В труде «Эмоции нормальных людей» (The Emotions of Normal People), в Марстон изложил теорию DISC, основные положения которой легли в основу современной Модели Поведения DISC.

На базе модели DISC, были проведены тысячи научных исследований и тестов, убедительно доказывающих, что, несмотря на неповторимость проявлений каждого человека, могут существовать, тем не менее, и определённые закономерности, позволяющие измерить и определить индивидуальный стиль личностного поведения.

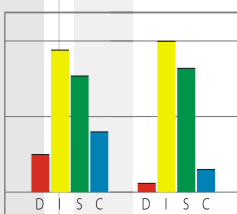
Из анализа полученных данных следует, что стиль поведения не может быть хорошим или плохим. Каждый нормальный человек может быть успешным и действовать эффективно, если он осознаёт как свои сильные, так и малоэффективные стороны, поэтому Отчёт Ваш индивидуальный отчет DISC INSUNRISE не расставляет оценок, при этом, точно измеряет и описывает поведение человека.

Глубокое знание себя помогает значительно оптимизировать взаимодействие с другими людьми, а также наилучшим образом адаптироваться к требованиям окружающей обстановки.

Отнеситесь к своему Отчету творчески. Если Вы не согласны с какими-либо утверждениями, просто вычеркните их, но сделайте это лишь после того, как Вы сверите своё мнение с мнением друзей, родных или коллег (т.е. тех людей, которым Вы доверяете), т.к. некоторые черты Вашей природы могут не осознаваться Вами.

Постарайтесь разработать на базе своего Отчета собственный План действий для личного развития и улучшения отношений с окружающими.

Будьте успешны!

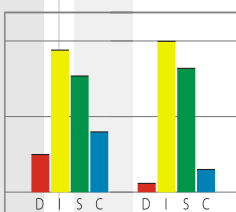


# ГЛАВА 1

## Общие описания

В настоящей главе отчета говорится об основных тенденциях поведения Марии. Именно эти черты он скорее всего проявит в обстановке естественной для него, когда Мария не находится под воздействием стресса или других факторов и не пытается делать усилия к тому, чтобы лучше соответствовать той или иной ситуации.

- Теплый и открытый в общении, внимательный к людям, экспрессивный; вдохновляющий, независимый, энтузиаст, харизматичный, коммуникабельный, малоорганизованный, убеждающий, порывистый, несколько пассивный в решениях, миролюбивый, ситуативно требовательный, изобретательный, стремящийся к разнообразию, склонный к умеренному авантюризму, старается упредить негативные последствия, несколько скрытный, сочетает порывистость и предсказуемость, любит командный подход, не просто меняет свои убеждения, умеренный оптимист, избирательно доверчивый, контактный, стремится к проявлению терпения; раскованный, произвольный, невнимательный к подробностям, ситуативно методичный.
- Мария — человек общительный и социальный.
- Старается относиться терпимо и с пониманием к различным проявлениям в людях.
- Марии свойственно действовать, заручившись поддержкой команды.
- Избегает брать на себя единоличную ответственность за сложные решения.
- Признает, что необходимо доверять людям и желает, чтобы и они верили ему.
- Марии нравится, когда его заслуги признаются публично.
- Старается завоевать всеобщее расположение и признание за свою готовность прийти на помощь другим, когда они в этом нуждаются.
- Оптимистично смотрит на свою способность убеждать и влиять на чужое мнение, склонять собеседников на свою сторону.
- Старается излагать свои мысли логично, однако может, в то же время, менять тему разговора без видимой причины.
- Его ошительность и отзывчивость помогают Марии собирать необходимую ему информацию.
- Мария является прекрасным коммуникатором, т.к. умеет излагать, задавать вопросы, вовлекать в беседу и слушать.
- В разговоре старается придерживаться не только интересующих его тем, но и вопросов важных для собеседников.

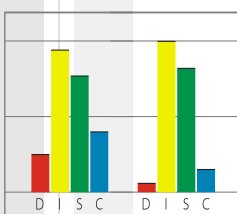


# ГЛАВА 1 (продолжение)

## Общие описания

В настоящей главе отчета говорится об основных тенденциях поведения Марии. Именно эти черты он скорее всего проявит в обстановке естественной для него, когда Мария не находится под воздействием стресса или других факторов и не пытается делать усилия к тому, чтобы лучше соответствовать той или иной ситуации.

- Обладает развитым чувством юмора, что помогает ему давать «обратную связь» окружающим в необидной, доступной форме.
- По возможности, будет избегать соперничества и конфронтации, однако, при случае, готов отстаивать свои взгляды.
- Марии свойственно стремление к независимости и определенному индивидуализму. Он чувствует себя тем лучше, чем меньше всевозможных требований и правил приходится учитывать.
- Марию можно охарактеризовать как человека изобретательного, мыслящего неординарно.
- Он стремится к разнообразию при условии сохранения стабильности.
- При разрешении спорных ситуаций он, вероятно, не будет «ставить на карту» отношения с людьми, считая их приоритетными.
- Любит приятную, ненапряженную рабочую обстановку, тем не менее, часто бывает вовлечен в активную деятельность.
- Склонен к некоторой инфантильности. Во многих ситуациях желает, чтобы ответственность за принятие того или иного решения была бы возложена на кого-то другого или была равномерно распределена между всеми членами коллектива.
- Может избегать заниматься решением того или иного проблемного вопроса, ожидая, что осложнение пройдет само собой.
- По натуре не директивен и не любит командовать людьми.
- Старается поддерживать близкие, дружеские, по возможности, долгосрочные контакты с большим количеством людей.
- Нацелен на поддержание семейных отношений.
- Сочетает в себе такие качества, как общительность и сдержанность, проявление которых зависит, как правило, от того, чего от него требует каждая конкретная ситуация.
- Способен находить общий язык с малознакомыми людьми.
- Имеет тенденцию отстаивать свои идеалы и убеждения, но готов уступить, если считает, что дело не стоит спора.

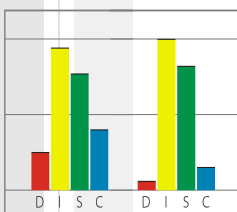


# ГЛАВА 1 (продолжение)

## Общие описания

В настоящей главе отчета говорится об основных тенденциях поведения Марии. Именно эти черты он скорее всего проявит в обстановке естественной для него, когда Мария не находится под воздействием стресса или других факторов и не пытается делать усилия к тому, чтобы лучше соответствовать той или иной ситуации.

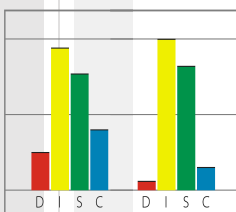
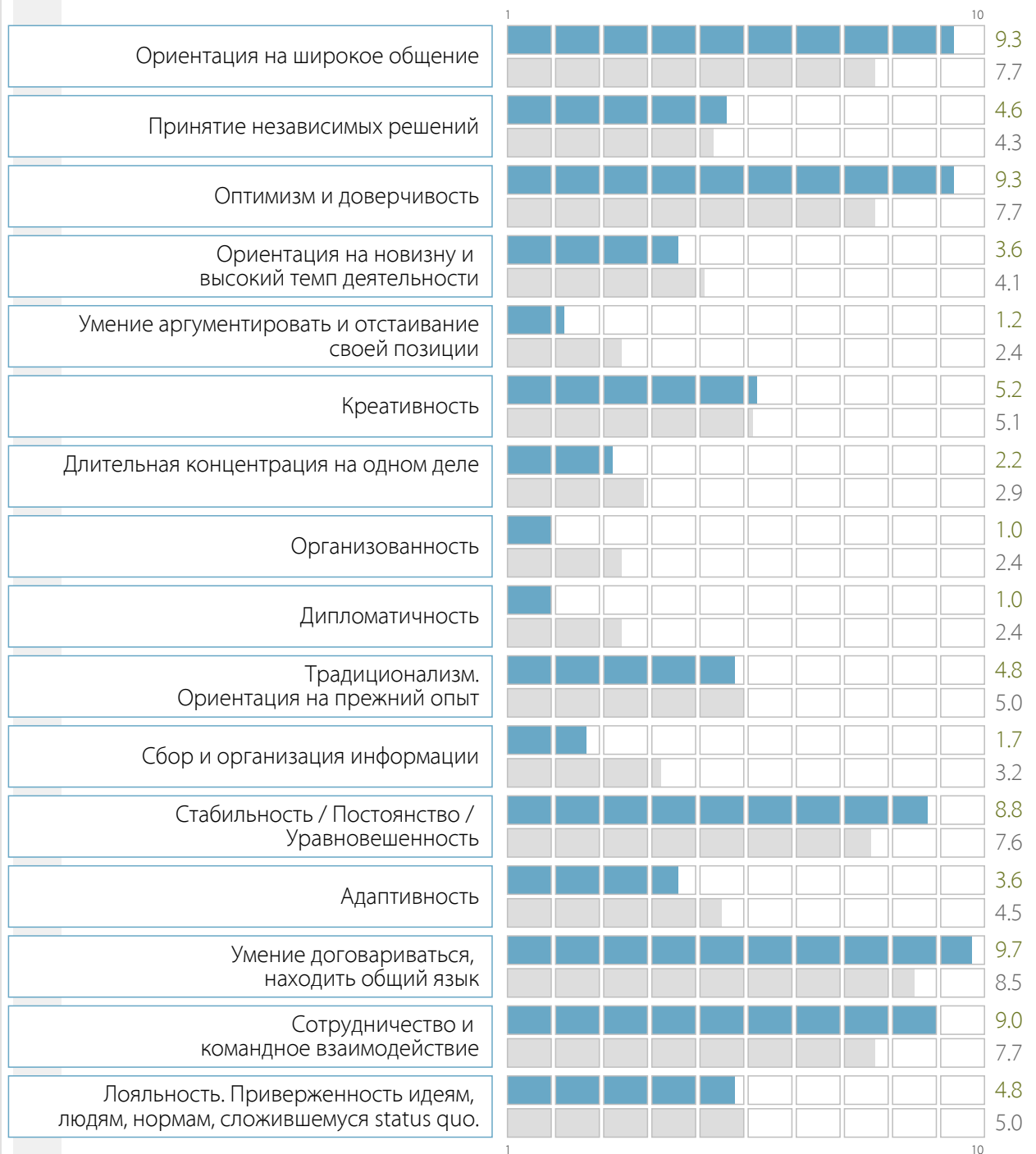
- Навряд ли будет отнимать инициативу у других. Скорее возьмет на себя роль вдохновителя-коллективиста.
- Предпочитает быть свободным от непосредственного контроля и надзора за его действиями.
- Воспринимает правила как ориентиры, которые нужны, чтобы не уклониться от верного курса, однако, подчас, уделяет повышенное внимание незначительным инструкциям.
- Стремление Марии к независимости и одновременное нежелание изобретать или диктовать свои собственные правила или разрабатывать инструкции для других являются причиной некоторой неуверенности.



## ГЛАВА 2

### Анализ базовых компетенций

В настоящей главе измерены основные тенденции поведения Марии. Именно с такой интенсивностью он проявит перечисленные в данной главе базовые компетенции в обстановке естественной для него, не будучи под воздействием стресса или других факторов.



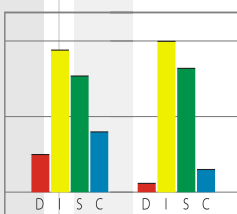
■ Натуральное поведение  
■ Адаптированное поведение

## ГЛАВА 3

### Стиль принятия решений и преодоления проблем

Ниже Вы найдете описания того, как Мария принимает решения и преодолевает трудности в разрешении проблем. Учитываются такие параметры, как: решительность - нерешительность, склонность к риску - осторожность, директивность - недирективность, самостоятельность - исполнительность и другие.

- Мария не стремится специально искать трудности для их преодоления, не имеет склонности к борьбе и соперничеству.
- Ему легче сделать выбор, когда он знает, что уважаемые им люди принимают сходное решение.
- Мария может настойчиво придерживаться определенных взглядов, даже если они идут вразрез с мнениями других людей.
- Тем не менее, в большинстве случаев, он старается найти компромисс, решение, которое устроило бы большинство.
- Творчески подходит к преодолению трудностей, однако стремится действовать методично и последовательно.
- Он верит, что результатов нужно добиваться сообща. Как правило, достигает намеченных целей, ненавязчиво привлекая к труду других, участвуя в работе, наравне с ними.
- Будет призывать окружающих к действию, выдвигая оригинальные предложения, и сам будет первым, кто откликнется на призыв, однако предпочтет действовать в группе, избегая единоличной ответственности.
- Имеет тенденцию уступать инициативу принятия того или иного решения другим. Иногда, окружающие пользуются этим его качеством в своих целях.
- Во многих случаях, Мария старается переждать трудности и неприятности, нежели противостоять им, особенно, если осложнения касаются только его самого.
- Оказывает эмоциональную и действенную поддержку коллегам, но часто забывает о собственных интересах.
- Старается, чтобы принимаемые решения не отразились на привычной или комфортной для себя обстановке. Любит участвовать в собраниях, посвященных планированию.
- Ему важно, чтобы возможные риски были умеренными или вовсе отсутствовали.
- С осторожностью принимает решения, касающиеся других людей, заботясь о том, чтобы не испортить с ними отношения.



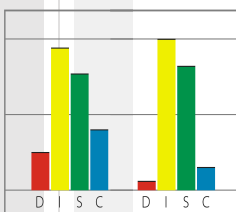


## ГЛАВА 3 (продолжение)

### Стиль принятия решений и преодоления проблем

Ниже Вы найдете описание того, как Мария принимает решения и преодолевает трудности в разрешении проблем. Учитываются такие параметры, как: решительность - нерешительность, склонность к риску - осторожность, директивность - недирективность, самостоятельность - исполнительность и другие.

- Довольно часто выбор Марии зависит от эмоций, которые он испытывает в тот или иной момент.
- Как бы то ни было, Мария старается принимать позитивные решения.
- Использует оригинальные, но не слишком радикальные методы в работе.
- В трудных ситуациях, особенно заботится о благополучии своей команды (семьи).

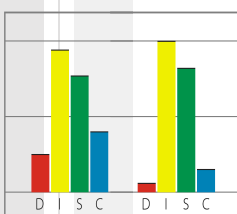


## ГЛАВА 4

### Стиль общения и убеждения

Эта часть отчета измеряет такие параметры, как: доверие, открытость, контактность, умение излагать мысли, убедительность, аналитичность, степень склонности к фактам и пр. Именно они определяют стиль общения каждого индивидуума.

- Ведет себя открыто и дружелюбно с большинством людей, но особенно близкие отношения поддерживает с довольно узким кругом друзей или коллег.
- Чувствует, что окружение требует от него проявления позитивизма для того, чтобы добиться больших успехов в работе.
- Любит общение и может быть довольно красноречивым и разговорчивым в комфортной для себя обстановке.
- Уважает уникальность каждого человека, получая удовольствие от общения с самыми разными людьми.
- Обладает способностью устанавливать новые контакты, воодушевлять собеседника, однако, не стремится доминировать в разговоре.
- Ценит людей за их личные качества, а не за их возможности и положение.
- Избегает использовать власть или положение в качестве аргумента в разговоре.
- Желает, чтобы окружающие принимали его таким, какой он есть.
- Большинство считает Марию хорошим собеседником, т.к. он сочетает в себе два умения: говорить убедительно и слушать внимательно.
- Часто он использует при убеждении такие качества, как обаяние и ненавязчивость.
- Способен брать на себя роль парламентаря, быть представителем от команды.
- Ему нравится, когда на него обращают внимание, однако может смущаться, когда всеобщее внимание сосредотачивается исключительно на нем.
- Склонен сильно переживать, когда ему приходится жестко отстаивать свою позицию или доказывать свою правоту.
- Участвуя в диспуте, Мария будет вести себя активнее, если чувствует уверенность и хорошо осведомлен по обсуждаемому вопросу, и постарается быть услышанным.
- Если ему не удастся убедить своих оппонентов с первого раза, он может отступить для того, чтобы лучше подготовиться и потом снова попытаться доказать правильность своих утверждений.
- Отсутствие конфликтов и враждебности в отношениях между людьми является стимулом для Марии.

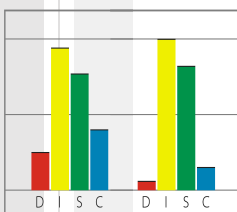


## ГЛАВА 4 (продолжение)

### Стиль общения и убеждения

Эта часть отчета измеряет такие параметры, как: доверие, открытость, контактность, умение излагать мысли, убедительность, аналитичность, степень склонности к фактам и пр. Именно они определяют стиль общения каждого индивидуума.

- В отличие от тех, кто предпочитает прибегать к разнообразным печатным документам: справочникам, отчетам, он может предполагать, что его красноречия и умения подстроиться к каждой конкретной ситуации будет достаточно, чтобы склонить человека на свою сторону.

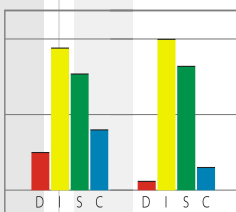


## ГЛАВА 5

### Ритм деятельности и отношение к переменам

Одним из важнейших аспектов нашего поведения является свойственный нам ритм деятельности, а так же отношение к изменениям в окружающей действительности. Ключевыми измеряемыми параметрами для данной главы являются: постоянство, последовательность, методичность, умение слушать, отношение к нововведениям.

- Стремится к разнообразию в работе и, вместе с тем, ценит предсказуемость и размеренность.
- Отсутствие рутины не сильно пугает его. Тем не менее, Мария легче примет такие изменения в сложившемся ритме деятельности, которые сочтет логичными.
- Он не против небольших внезапных дел или спонтанных решений — они вносят новизну в рутину дня. Однако если грядут какие-либо серьезные изменения в устоявшемся положении дел, Мария предпочитает подготовиться к ним заранее.
- Вероятно, Мария будет противиться переменам ради самих перемен.
- Старается не медлить, когда план действий уже намечен.
- Умеет выслушать собеседника и проявить терпение, однако попытается добиться динамичного общения.
- Любит поддерживать достаточно интенсивный ритм в работе, однако иногда, ему хотелось бы, чтобы мир замедлился.
- Для него часто более важен сам путь к поставленной цели, а также связанное с этим общение, нежели достижение конечного результата.
- Максимум общения при минимуме глобальных перемен является его психологической потребностью. Именно поэтому он не всегда торопится достичь намеченной цели.
- Он открыт для новых предложений, однако может относиться к ним оценочно и несколько скептически.
- «Двигаться быстро, но, не забывая о существующем плане, шаг за шагом осуществляя намеченное» — основное кредо Марии.
- Иногда он несколько нереалистичен с определением конечных сроков исполнения того или иного проекта и может выдавать желаемое за действительное.
- Старается доводить начатые дела до логического окончания, хотя не всегда хватает времени, чтобы полноценно охватить все проекты, в которых он принимает участие.
- Любит прибегать к проверенным способам. Но, в то же время, способен на неординарные новаторские решения, которые предпочитает обдумывать заранее.

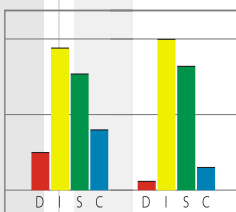


## ГЛАВА 5 (продолжение)

### Ритм деятельности и отношение к переменам

Одним из важнейших аспектов нашего поведения является свойственный нам ритм деятельности, а так же отношение к изменениям в окружающей действительности. Ключевыми измеряемыми параметрами для данной главы являются: постоянство, последовательность, методичность, умение слушать, отношение к нововведениям.

- Мария старается участвовать в новых проектах наравне с уже начатыми. Однако, со временем, может терять интерес и отвлекаться от затягивающихся, долгосрочных мероприятий, перенося свое внимание на занятия, по его мнению, более срочные и важные.

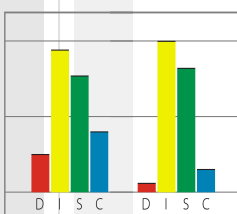


## ГЛАВА 6

### Следование правилам и нормам

На этой странице представлены описания, касающиеся того, как Мария относится к правилам, установленным другими. Кроме того, характеризуется степень его приверженности качеству и надежности. Иными словами, описывается то, до какой степени для него важен регламент, чтобы качественно, точно и аккуратно исполнять свою работу.

- Мария считает, что работа выполняется эффективнее, и люди чувствуют себя лучше, когда имеется мало всевозможных правил и ограничений.
- Иногда люди могут заметить его несколько пренебрежительное отношение к существующему регламенту.
- Чувствует себя комфортно в такой рабочей обстановке, где жесткие требования и ограничения могли бы быть облегчены или вовсе отменены.
- Имеет свободолобивый характер.
- Предпочитает быть свободным от непосредственного контроля и надзора над его действиями.
- Не любит утруждать себя изучением существующих инструкций и норм.
- Может проявлять отстраненность, переключаться на обсуждение не относящихся к делу вопросов в случаях, когда ему навязывают слишком много правил и ограничений, либо, когда даваемые ему поручения не логичны или не имеют смысла.
- Избегает диктовать свои условия или законы другим.
- Желает, время от времени, участвовать в неординарных событиях, выходящих за рамки предписаний и условностей.
- Иногда Мария высказывает новаторские идеи, которые не всегда вписываются в установленный регламент и согласуются с политикой фирмы.
- Тем не менее, он следит за тем, чтобы его решения не отразились на устоявшихся отношениях с окружающими и не повлекли за собой серьезных изменений в его жизни.
- Мария будет придерживаться имеющихся правил в случае, если принимает их как свои.

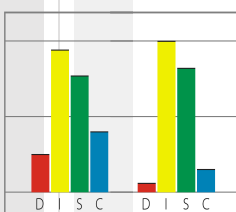


## ГЛАВА 7

### Ценность для организации

В этой части отчета перечисляются специфические умения, навыки и другие атрибуты, которые Мария способен привнести в свою организацию. Руководство может, полагаясь на сильные качества Марии, определить оптимальную для него роль в коллективе и организации.

- Мария вербально активен.
- Является хорошим коммуникатором, т.к. умеет говорить и слушать.
- Нацелен на общение и развитие отношений.
- Является игроком команды.
- Умеет работать как ради лидера, так и ради самого дела.
- Прилагает усилия к тому, чтобы поддерживать хорошие отношения с начальством и коллегами.
- Способствует созданию позитивной атмосферы.
- Способен оказывать поддержку, в первую очередь, через поднятие мотивации других людей.
- Не конфликтен. Выступает посредником при улаживании споров.
- Услужлив.
- При том, что Мария имеет некоторую склонность к методичной работе, он может, при необходимости, вести несколько дел параллельно.
- Способен успешно поддерживать отношения с уже имеющимися клиентами.
- Находится в поиске креативных, но устраивающих большинство решений.
- Старается толерантно относиться к разным проявлениям в людях.
- Имеет склонность к обучению и передаче опыта.
- Превосходно умеет давать «обратную связь».
- Обладает способностью рассматривать сложные ситуации под разными углами зрения.
- Проявляет оптимизм, основанный на критическом осмыслении ситуаций.

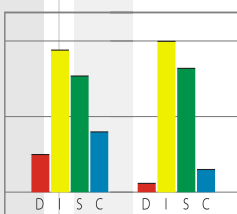


## ГЛАВА 8

### Мотивирующие стимулы

Считается, что наилучшей обстановкой для человека является такая, в которой созданы условия для его автоматизации. Используйте нижеследующую информацию, чтобы выделить ключевые мотивирующие стимулы, важные для Марии.

- Наличие широкого круга общения.
- Отсутствие конфликтов и выяснения отношений между людьми.
- Возможность поддерживать неформальное и достаточно близкое общение с коллегами и друзьями.
- Организация труда, основанная на работе в команде.
- Участие в обсуждении позитивных вопросов.
- Получение удовольствия от участия в делах коллектива.
- Отсутствие необходимости соревноваться с коллегами.
- Похвалы и поощрения; популярность и общественное признание.
- Возможность свободного выбора.
- Наличие достаточного времени для осуществления задуманного.
- Возможность свободно и открыто выражать свои мысли, не ожидая возможных негативных последствий.
- Помощь в новых делах и в принятии ответственных решений.
- Честность и откровенность между людьми.
- Чувство собственной свободы и независимости.
- Логические обоснования возможных изменений в работе или повседневной жизни.
- Ощущение уверенности в будущем.
- Признание за проявляемую лояльность и постоянство на работе.
- Работа на демократичного лидера, с которым у Марии хорошие личные отношения.
- Отсутствие необходимости составлять длинные и подробные отчеты.
- Возможность расслабиться и провести приятно время после напряженной работы.



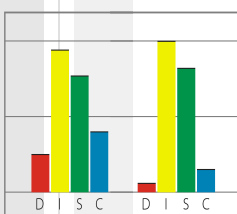


## ГЛАВА 9

### Ограничители эффективности

В данной части отчета перечислены возможные факторы и черты поведения Марии, ограничивающие его эффективность и имеющие отношение не только к работе. Мы рекомендуем выделить несколько ограничивающих факторов и разработать план действий по их ослаблению или преодолению.

- В своих попытках позитивно разрешить ту или иную проблему может проявлять непрямоту.
- Может тратить слишком много времени на общение, забывая об основной цели. В продажах подобное качество будет выражаться в том, что Мария будет медлить с закрытием сделки.
- Может иметь сложности с расстановкой приоритетов.
- Склонен к проявлению неуместной толерантности и терпимости.
- Имеет тенденцию к удовлетворению потребностей и интересов других людей в ущерб своим собственным.
- Позволяет другим принимать решения за себя.
- Медлит с принятием серьезных, нежелательных для себя решений, в надежде, что осложнение минует.
- Иногда принимает решения, основанные на поверхностном анализе данных.
- Склонен завышать оценку умений и способностей других людей.
- Не всегда придерживается существующих правил, не устанавливая, при этом, своих собственных норм или требований.
- Несколько небрежно относится к соблюдению и учету мелких нюансов и подробностей в заданиях, где требуется особая точность.
- Имеет тенденцию к выражению своих мыслей в излишне многословной манере.
- Не всегда осуществляет должный контроль над действиями подчиненных.
- В напряженных ситуациях склонен давать неполноценные инструкции.
- Зависит от мнения о нем окружающих.

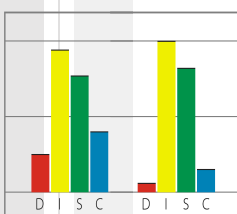


## ГЛАВА 10

### Мария вел бы себя эффективнее если бы:

Понимание человеком самого себя может существенно отличаться от того, как другие воспринимают его. Эта разница выражается в менее осознанном поведении. Выделите самые важные, с Вашей точки зрения, утверждения и сверьте свой выбор с мнением людей, хорошо Вас знающих.

- Вел себя настойчивее и решительнее.
- Меньше заботился о том, что о нем подумают другие люди.
- Проявлял большую последовательность в своих требованиях к окружающим.
- Научился давать поручения подробно, не упуская ничего.
- Уделял больше внимания расстановке приоритетов.
- Был более организованным и пунктуальным.
- Больше следил за своими движениями и жестикуляцией.
- При убеждении не полагался исключительно на свое красноречие и обаяние и чаще пользовался вспомогательными материалами и достоверной информацией.
- Проявлял больший реализм в определении конечных сроков исполнения работы.
- Старался всегда сопровождать начатые проекты до их завершения.
- Чаще шел на выяснение отношений, не боясь обострять их.
- Имел ощущение принадлежности к коллективу людей, «чувство локтя».
- Принимал решения более рационально.
- Вел себя инициативнее; был проактивным и менее заботился о своей независимости.
- Регулярно получал «обратную связь» от коллег и начальства о том, какие его черты или поступки негативно сказываются на работе.
- Оценивал более реалистично способности и возможности окружающих.
- Освоил новые методики по преодолению несогласия и возражений клиентов.
- Исключил «пиковые» моменты в работе.
- Получал материальные знаки признания своей деятельности, а не только словесные поощрения или похвалы.
- Научился находить компромисс между желанием действовать быстро и необходимостью соблюдения качества.
- Больше сконцентрировался на обсуждении рабочих, профессиональных тем и уделял меньше времени налаживанию общения на посторонние темы.
- Осознавал необходимость проведения годичного медицинского обследования в связи с высокими нагрузками и повышенным ритмом деятельности, которые ему приходится переносить.



# ПЛАН РАЗВИТИЯ

Опыт показывает, что соглашения, которые человек добровольно заключает сам с собой, часто помогают ему преодолевать трудности, не забывать о том, что он собирался сделать, и, в конечном итоге, добиваться поставленных целей.

Мы разработали список областей деятельности, в которых Мария, возможно, посчитает нужным развить свои умения. Необходимо лишь выбрать одну или несколько из предложенных опций и наметить конкретные шаги, которые Мария хотел бы предпринять. Для облегчения этой задачи, обращайтесь к информации, полученной из Отчета.

Старайтесь не просто планировать те или иные действия, но и намечать реальные сроки их осуществления.

- Отношения с людьми (в т.ч. и Умение слушать)
- Дисциплина и Организованность
- Делегирование заданий
- Принятие решений
- Работоспособность
- Самообразование
- Планирование времени
- Автоимидж, уверенность в своих силах
- Карьерные цели
- Личные цели
- Лидерство
- Ориентация на результат

Область деятельности: \_\_\_\_\_

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Область деятельности: \_\_\_\_\_

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Область деятельности: \_\_\_\_\_

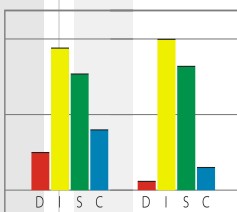
- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Область деятельности: \_\_\_\_\_

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Дата начала осуществления Плана Развития: \_\_\_\_\_

Дата его Пересмотра: \_\_\_\_\_

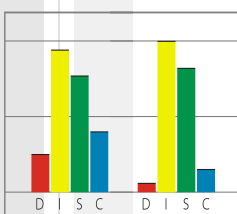


## ГЛАВА 11

### Поведение при стрессе и давлении

Как правило, при стрессе или в трудных ситуациях мы действуем скорее инстинктивно, чем осознанно. Умение подключить сознание к выходу из стрессовых ситуаций отличает тех людей, которые знают, какое поведение им свойственно и которые умеют изменить его в зависимости от требований момента.

- Его работоспособность существенно понижается в случаях, когда Мария чувствует какую-либо угрозу или прессинг.
- Увеличивает ритм деятельности, часто, в ущерб собственному спокойствию.
- Часто реагирует импульсивно, однако стремится завершать свои начинания, не смотря на то, что отвлекается на новые, т.с. горящие дела.
- Подчас, Мария может проявлять противоположную тенденцию к созерцательности и бездействию.
- Становится слишком гибким.
- Старается угодить; не потерять доброго расположения собеседника.
- При этом, может проявлять упрямство, когда его идеалы и убеждения подвергаются сомнению.
- Имеет тенденцию к проявлению ложного согласия.
- Ищет близкого общения и поддержки у тех, кого считает своими друзьями.
- Избегает обременять своими проблемами окружающих.
- Может желать переложить принятие решения на других или отстрочить его, однако, не смотря на это, часто берет на себя инициативу или ответственность.
- Переживает; тяжело переносит ситуации, связанные с большим напряжением.
- Старается взяться за слишком много задач одновременно.
- Избегает конфликта; рассчитывает на расположение со стороны собеседника.
- Может проявлять молчаливое несогласие или недовольство.
- Сопротивляется и проявляет нерешительность, когда его принуждают к тем или иным нежелательным для него действиям. При этом может выбирать линию пассивно-агрессивного поведения.

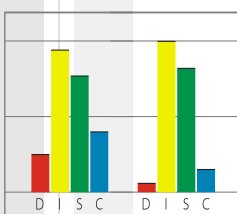


## ГЛАВА 12

### Рекомендации по улучшению общения с Марией

Ниже перечислены рекомендации, которые желательно учесть в общении с Марией. Особо полезной эта информация окажется для тех, кто чаще всего контактирует с Марией. Прочитайте внимательно эту главу и выделите несколько утверждений, которые Вы считаете наиболее существенными.

- Выражайте свою точку зрения мягко. Мария не должен чувствовать угрозу в Ваших словах.
- Ведите себя неформально и ненапряженно.
- Проявите свой искренний интерес к нему как к человеку.
- Говорите просто и откровенно.
- «Нащупывайте» общие с ним сферы интересов.
- Начинаете общение с Марией с незначительного личного разговора или комментария.
- Переходите к обсуждению интересующих Вас вопросов, после того, как будет установлен контакт.
- Говорите с Марией о нем самом, о его целях и важных для него перспективах.
- Следите за тем, что предлагает конкретная ситуация; не форсируйте разговор.
- Будьте готовы к некоторым отступлениям от регламента.
- Уделяйте время тому, чтобы мотивировать его, шутить, развивать общение с Марией.
- Удостоверьтесь, что он услышал и принял к сведению то, что Вы сказали.
- Определяйте, желательно в письменной форме, чего вы ожидаете от него в работе.
- Используйте располагающий тон голоса, передающий вашу искреннюю заинтересованность.
- Не скупитесь на похвалы и поощрения, особенно в присутствии коллектива. Популярность — один из самых мощных стимулов для Марии.
- Пытайтесь вовремя обнаружить и указать ему на недочеты.
- Стимулируйте и поощряйте его вести себя решительнее; не бояться брать на себя задания, связанные с риском.
- Читайте по его жестам и движениям сигналы согласия или неудовлетворенности.
- Предлагайте решение проблем.
- Если хотите убедить Марию в чем-то, старайтесь рисовать в оптимистическом свете возможные выгоды Вашего предложения. Ваш план должен быть увлекательным, но не радикальным.

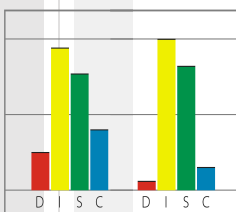


## ГЛАВА 12 (продолжение)

### Рекомендации по улучшению общения с Марией

Ниже перечислены рекомендации, которые желательно учесть в общении с Марией. Особо полезной эта информация окажется для тех, кто чаще всего контактирует с Марией. Прочитайте внимательно эту главу и выделите несколько утверждений, которые Вы считаете наиболее существенными.

- Говорите эмоционально, но не старайтесь переговорить его.
- В качестве аргумента ссылайтесь на мнения людей, которых он ценит.
- Высказывайте новые идеи.
- Помните, что новшества и перемены не должны слишком сильно сказываться на привычном для Марии ходе вещей.

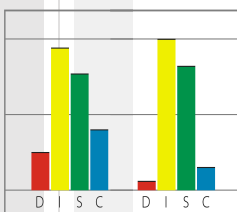


## ГЛАВА 13

### Что следует избегать в общении

В данной главе проанализированы ситуации, которых лучше избегать, контактируя с Марией. Глава помогает руководителю разработать совместно с Марией оптимальный способ общения.

- Не будьте сухи или поверхностны.
- Не заставляйте Марию замолчать; не ограничивайте его в речах.
- Не старайтесь говорить с ним с позиции силы; не угрожайте Марии, пользуясь своим положением.
- Избегайте формализма.
- Не принуждайте его давать быстрые ответы.
- Избегайте произносить фразы вроде: «Вот, как я это вижу...».
- Не будьте догматичны.
- Избегайте проявлять снисходительность или показывать ему, что занимаемое Вами положение выше или важнее.
- Не высказывайте ни к чему не приводящих мнений.
- Не оставляйте решений в «подвешенном состоянии».
- Не загружайте Марию работой, связанной с подробностями и необходимостью жестко соблюдать все пункты инструкций.
- Поручая ему какое-либо задание, старайтесь найти компромисс между жестким следованием намеченному плану и более или менее свободным графиком для него. Он выполнит задание, но, возможно, с некоторыми отступлениями.
- Не повышайте на него голос.
- Не пытайтесь присвоить себе авторство над его идеями.
- Не позволяйте Марии «забалтывать» Вас.
- Избегайте искусственно стимулировать его к тем или иным поступкам. Он предпочитает решать сам и действовать в своем ритме.



# Профиль Поведения.

## Инструкция по применению

Ваш индивидуальный отчет основан на интерпретации графиков Естественного (II) и Адаптированного (I) поведения.

ГРАФИК I представляет нашу «Профессиональную маску» или тот стиль поведения, который мы хотим или считаем нужным продемонстрировать другим. Адаптированное поведение является менее интуитивным и может совершенно не соответствовать нашему естественному стилю поведения или быть близким к нему.

График I измеряет способность человека сознательно адаптировать свое поведение в специфических условиях. Если попросить кандидата заполнить анкету, имея в виду не его работу, а, например, его семейную жизнь, в которой он исполняет роль отца, то График I отобразит поведение, которое он считает необходимым, чтобы успешно исполнять именно эту роль.

График I может ИЗМЕНЯТЬСЯ с гораздо большей легкостью и в значительно более короткий срок, чем График II. Мы все, в той или иной степени, адаптируем свое поведение к окружающей действительности, в том числе и на работе.

ГРАФИК II описывает менее осознаваемое человеком инстинктивное поведение.

Данный график более информативен и отражает наш истинный облик, т.е. описывает, какими мы являемся, когда не считаем нужным контролировать свои внешние проявления.

В нормальных условиях График II МАЛО ИЗМЕНЯЕТСЯ с течением времени.

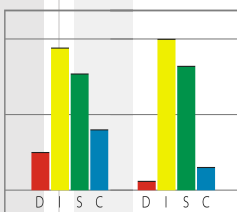
Тем не менее, некое событие, способное вызвать сильные переживания в человеке, может изменить конфигурацию Графика II. Так, например, автомобильная авария, серьезная хирургическая операция, перемены в семье, потеря работы и т.п. могут спровоцировать изменения в Графике II.

Цена, которую мы платим за адаптацию нашего поведения, переводится в затрачиваемую энергию. При этом следует иметь в виду следующее:

- а) адаптация поведения в течение длительного времени может вызвать истощение энергии;
- б) если человек имеет серьезную мотивацию для того, чтобы корректировать свое поведение, то он способен продолжительное время вести себя в соответствии с требованиями окружающей обстановки;
- б) для того чтобы восполнить запас энергии, человеку необходимо вернуться к Натуральному для него стилю поведения.

Сравнение показателей Графиков I и II, позволяет судить о разнице в том, каким человек считает необходимым быть и каким он является на самом деле.

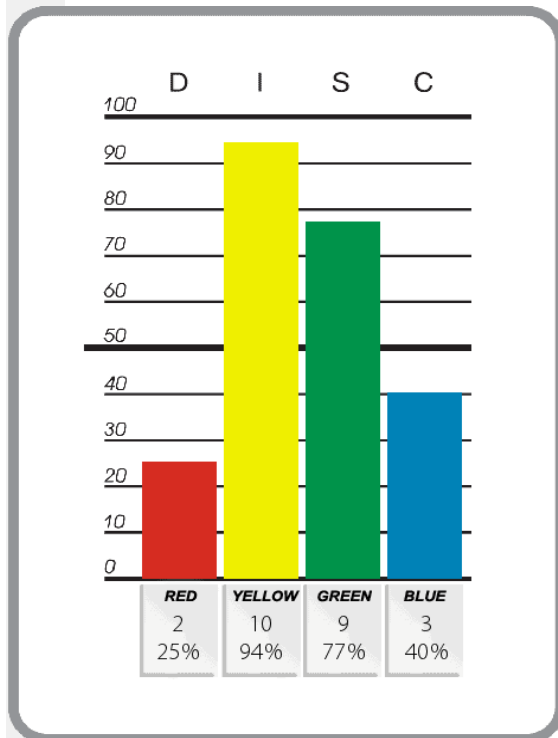
Когда разница в показателях Графиков минимальна, человек чувствует себя более энергичным и динамичным и способен исполнять различные задания в течение долгого времени, испытывая при этом минимальный стресс или вовсе не испытывая его.



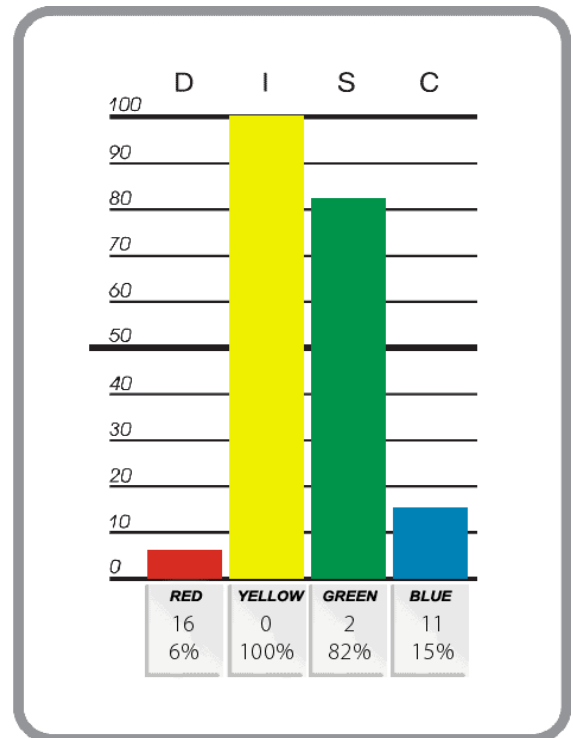


# ГЛАВА 14

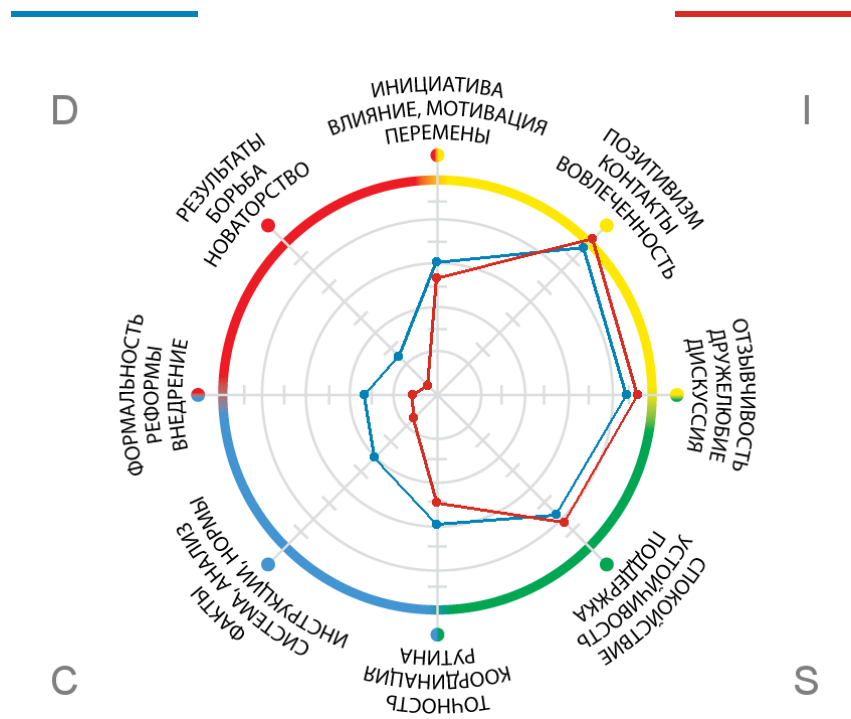
## Профиль Поведения.



Адаптированное поведение  
Условный стиль  
ВДОХНОВИТЕЛЬ - КОЛЛЕКТИВИСТ



Естественное поведение  
Условный стиль  
ВДОХНОВИТЕЛЬ - КОЛЛЕКТИВИСТ



# Инструмент Роза INSUNRISE®.

## Инструкция по применению

Роза INSUNRISE® это мощный многофункциональный инструмент, который может быть применен как самостоятельно, так и в качестве дополнения к Отчету о стиле поведения INSUNRISE®.

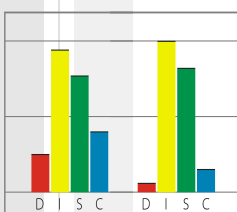
Роза INSUNRISE® была разработана на базе вышеописанной концепции К. Юнга, с целью помочь каждому человеку, применяющему этот инструмент, понять лучше себя самого и других людей.

Он:

- Позволяет увидеть динамику между Вашим осознанным и не осознанным поведением;
- Помогает распознать и предупредить внутренний стресс;
- Определить несоответствия между тем, как человек ведет себя на работе и тем, как он ведет себя вне нее;
- Помогает наметить стратегии для улучшения взаимодействия в коллективе.

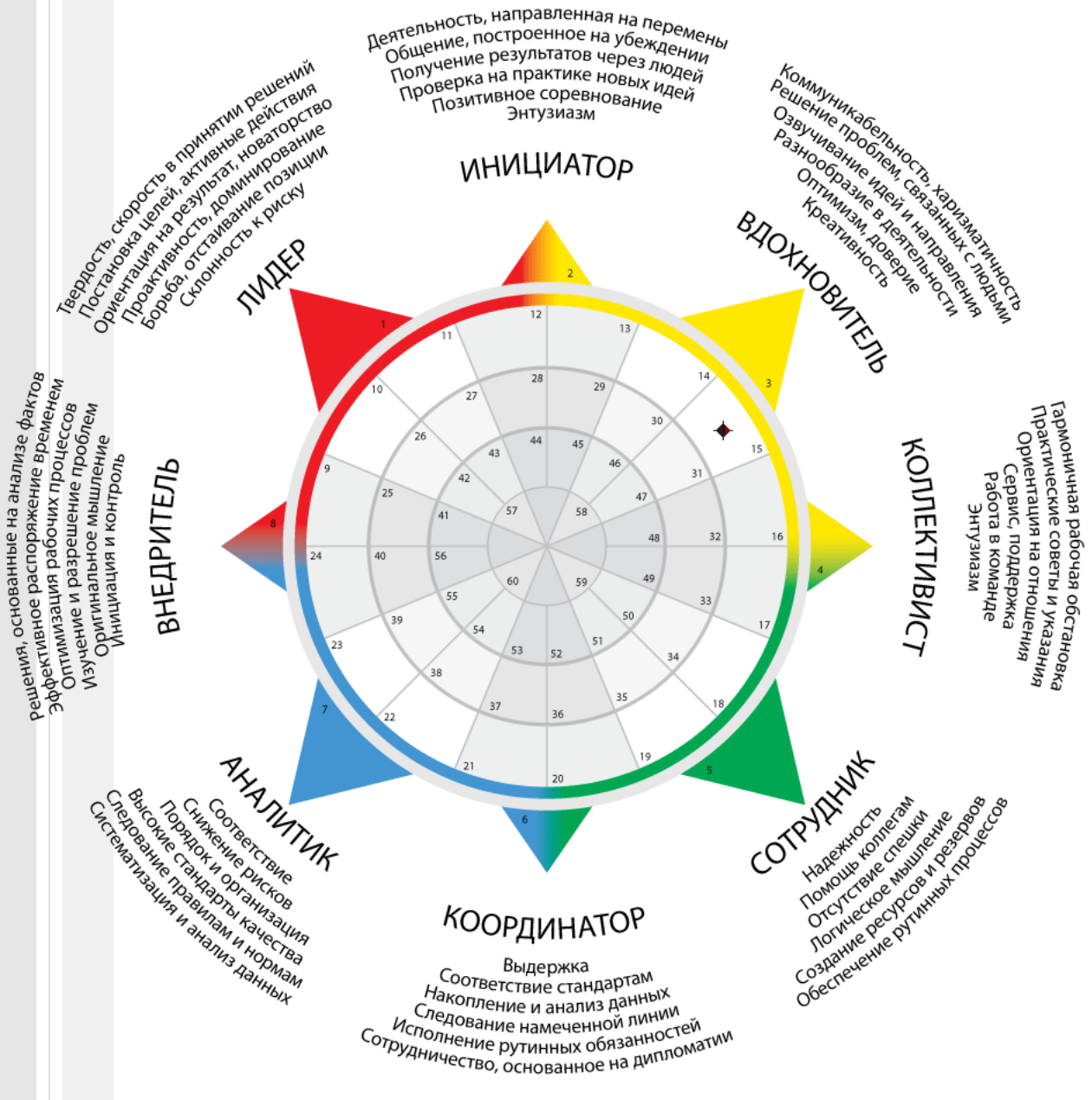
Чтобы определить степень того, насколько Вам приходится адаптировать свое поведение, нужно сравнить удаленность показателей Естественного для Вас поведения (ромб) и Поведения Адаптированного (звезда).

Если же Вы принадлежите к коллективу людей, применивших Инструмент по измерению стиля поведения INSUNRISE®, будет полезно объединить на поле одной Розы INSUNRISE® показатели стилей поведения (Естественного и Адаптированного) всей группы. Такой прием позволит Вам быстро идентифицировать конфликтные зоны, существующие между людьми. Вам так же представится возможность определить, в чем именно может быть улучшено взаимодействие и взаимопонимание между членами коллектива.



# ГЛАВА 15

## Инструмент Роза INSUNRISE®.



- ◆ Естественное поведение  
 Условный стиль  
 ВДОХНОВИТЕЛЬ - КОЛЛЕКТИВИСТ
- ★ Адаптированный стиль  
 Условный стиль  
 ВДОХНОВИТЕЛЬ - КОЛЛЕКТИВИСТ

