

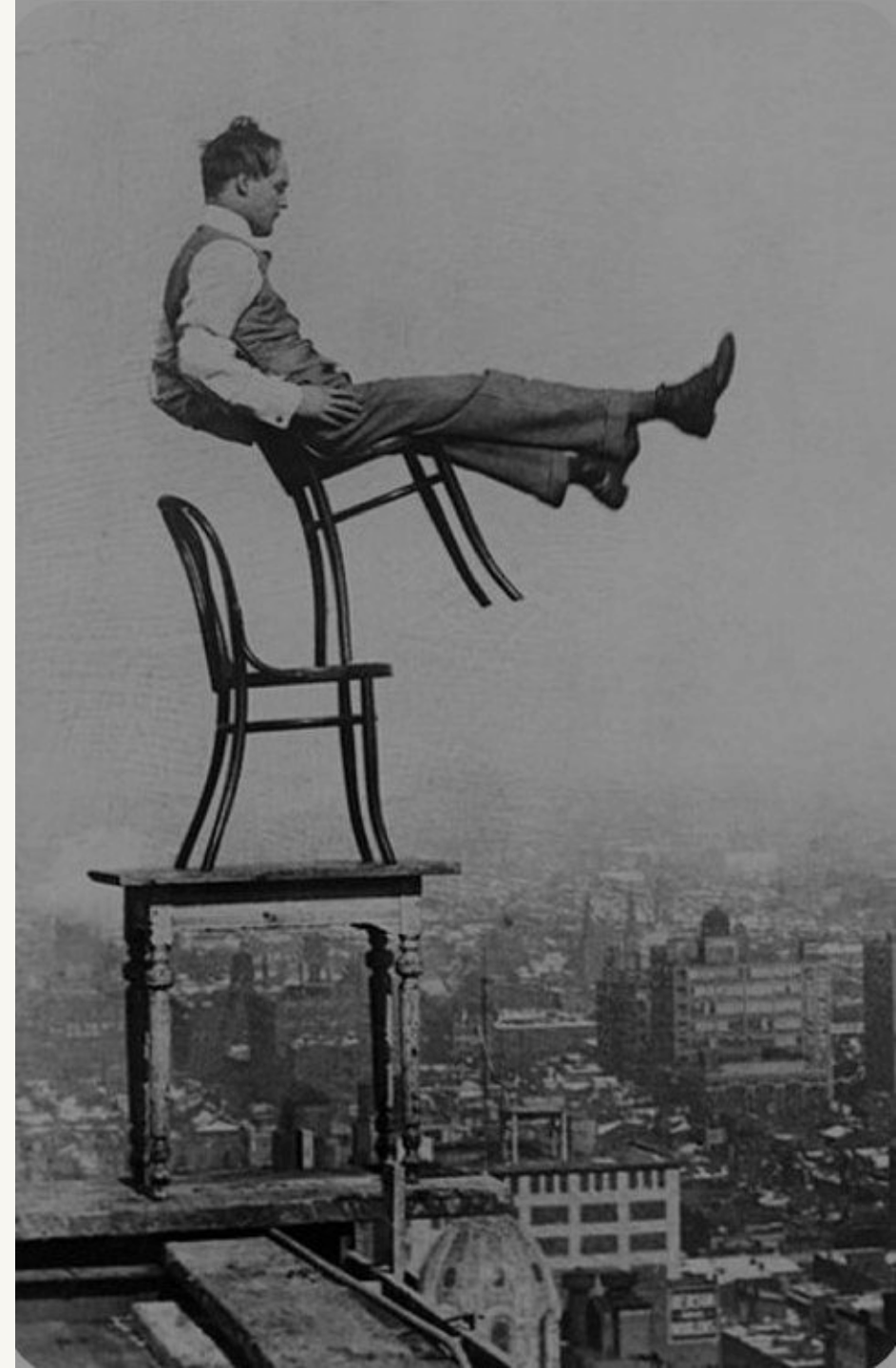
ЛИДЕРСКАЯ КУХНЯ

КОГДА СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ НАЧИНАЮТ МЕШАТЬ

9 привычных паттернов успешных
руководителей

Ольга Ладошкина

Executive-коуч | наставник в Яндекс Практикуме
Основатель «Лидерской кухни»



ОЛЬГА ЛАДОШКИНА

Коуч IT-руководителей и управленческих команд (ICF), бизнес-тренер, член ФКПиН.

Основатель проекта **Лидерская кухня**.

1200+

коуч-сессий и консультаций

>1000

часов работы с группами

>10

лет управления проектами
и командами.

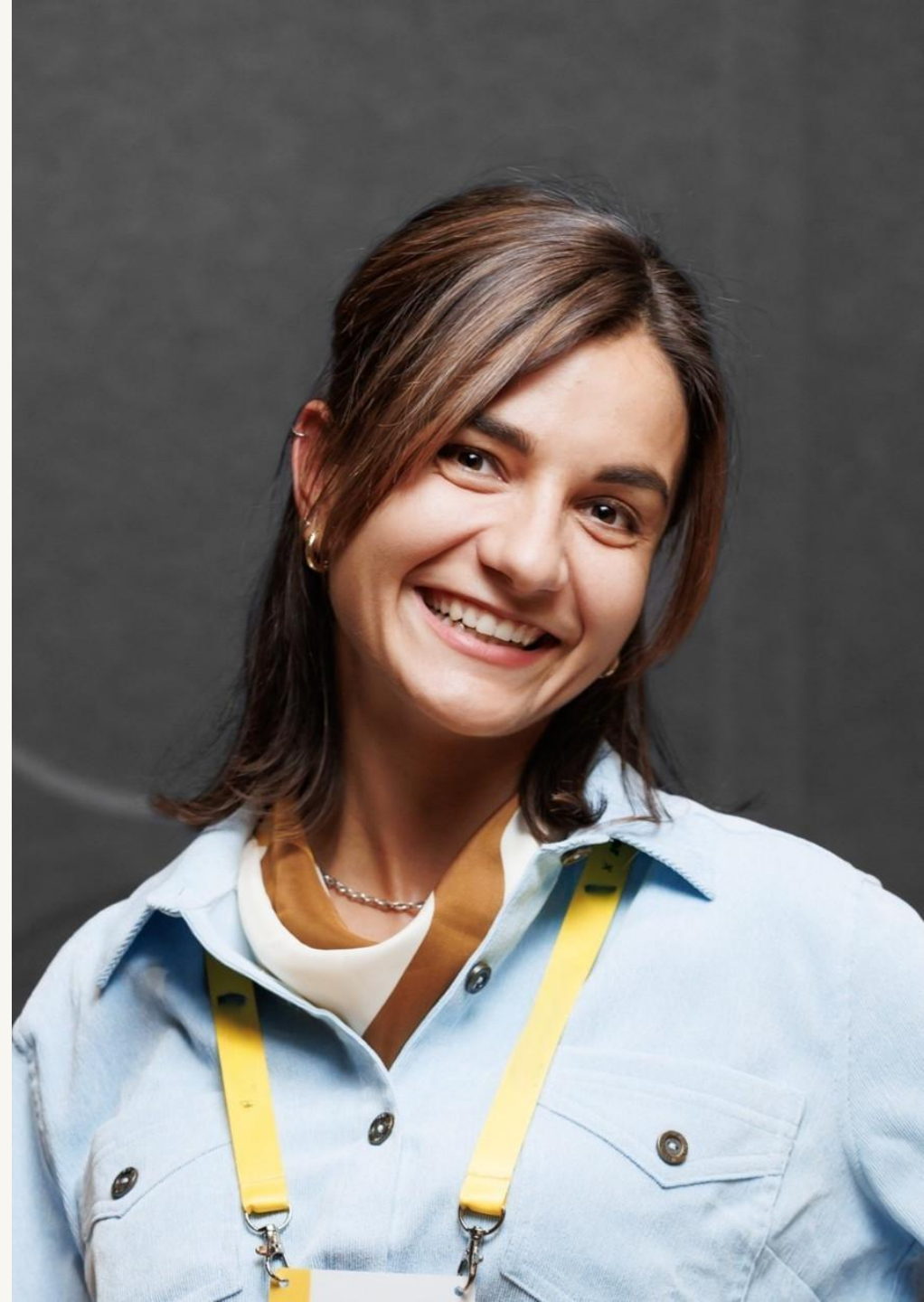
Ex-руководитель направления B2B-продаж
в федеральной IT-компании.

Яндекс

Я Практикум

21
РОССИИ

Sk
СКОЛКОВО



ЭТО НЕ НЕДОСТАТКИ

все сам

спасатель

контролер

достигатор

тревожник

требовательный

рационализатор

рефлексирующий

самозванец

Сложности начинаются не тогда, когда у вас есть или нет эта черта.
А когда вы перестаете видеть выбор.

КАК ЭТО ОБЫЧНО РАБОТАЕТ



То, что когда-то помогало, может стать способом реагировать
автоматически на все и начать мешать.

SELF-MADE ЛИДЕР

«Я сам разберусь»

ПЛЮС

самостоятельность, эмоциональная зрелость

КОГДА МЕШАЕТ

сложно просить помощь, опираться на других
и показывать уязвимость

ВОПРОС СЕБЕ

Где я до сих пор доказываю, что могу сам?



АМБИЦИОЗНЫЙ ДОСТИГАТОР

«Больше. Выше. Дальше»

ПЛЮС

движение к результату, мощный двигатель

КОГДА МЕШАЕТ

трудно остановиться и сказать «мне достаточно», постоянная гонка выматывает

ВОПРОС СЕБЕ

Сейчас действительно нужно двигаться дальше — или я просто не могу остановиться на том, что уже сделано?



ГИПЕРОТВЕТСТВЕННЫЙ СПАСАТЕЛЬ

«Если не я — то кто?»

ПЛЮС

надёжность, ответственность за результат,
высокая эмпатия и отзывчивость

КОГДА МЕШАЕТ

подмена чужой ответственности своей,
эмоциональное выгорание, зависимая команда

ВОПРОС СЕБЕ

Я сейчас помогаю человеку решить задачу
— или решаю её за него?



КОНТРОЛЁР

«Если я не проверю — всё сломается»

ПЛЮС

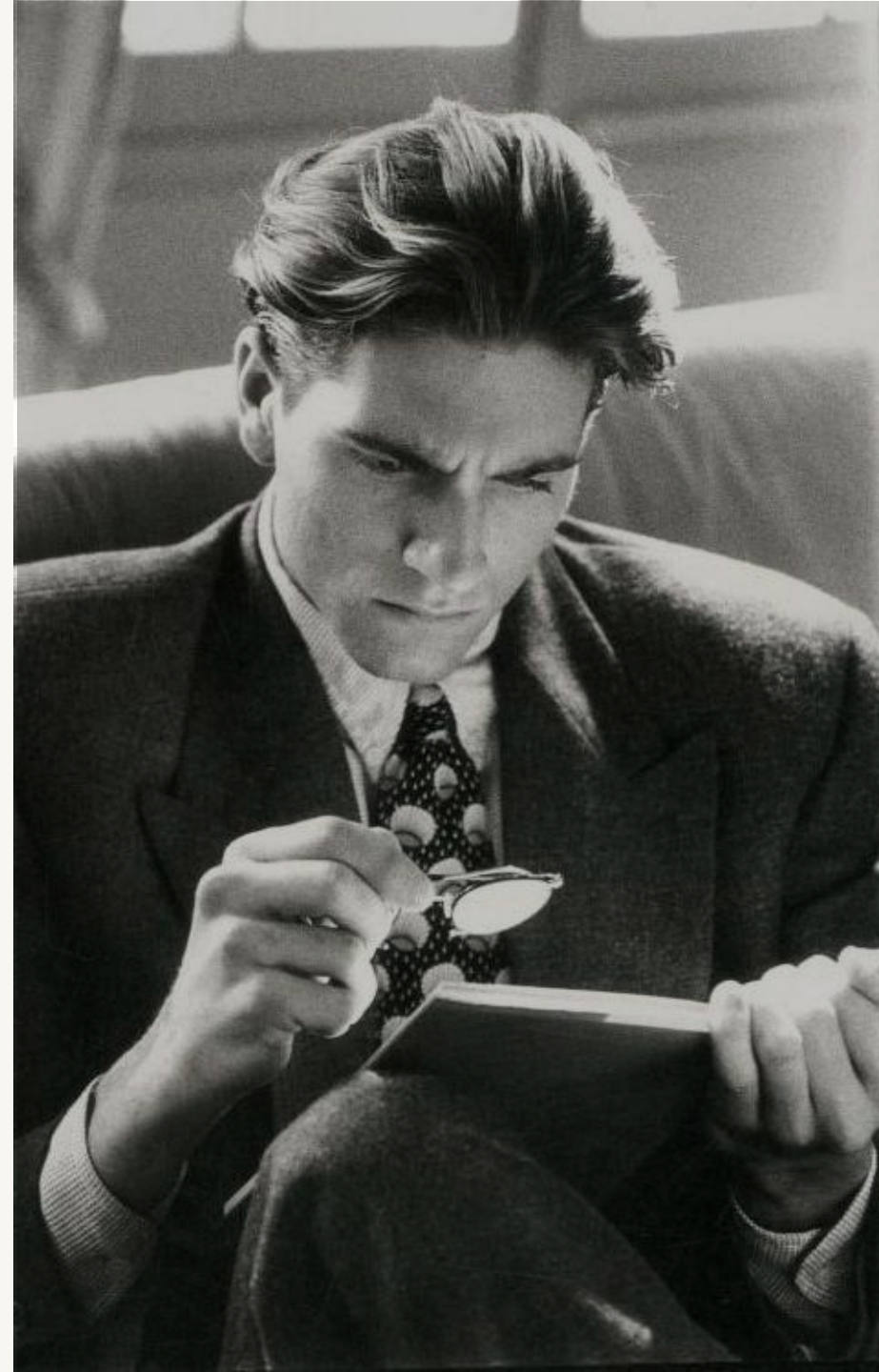
порядок, системность, качество, внимание к деталям

КОГДА МЕШАЕТ

руководитель становится узким горлышком, команда теряет инициативу из-за микроменеджмента

ВОПРОС СЕБЕ

Я проверяю потому, что это нужно, или потому, что мне так спокойнее?



ТРЕВОЖНИК

«А что, если...»

ПЛЮС

внимание к рискам и альтернативным вариантам

КОГДА МЕШАЕТ

начинает жить в сценариях, которые ещё не произошли, беспокойство и навязчивые мысли.

ВОПРОС СЕБЕ

Я сейчас работаю с риском или пытаюсь исключить любую неопределённость?



РАЦИОНАЛИЗАТОР

«Давайте сначала разберёмся»

ПЛЮС

логика, системность, работа со сложными системами и неопределённостью

КОГДА МЕШАЕТ

решение откладывается в ожидании полной ясности, теряется эмоциональная составляющая

ВОПРОС СЕБЕ

Мне правда не хватает информации — или я не умею принимать решения в неопределённости?



ТРЕБОВАТЕЛЬНЫЙ

«Можно было сделать лучше»

ПЛЮС

высокая планка для себя и других, достижение качественных результатов

КОГДА МЕШАЕТ

идеальность становится важнее результата, нетерпимость к ошибкам, излишний перфекционизм

ВОПРОС СЕБЕ

Сейчас достаточно хороший результат или нужно сделать еще лучше?



РЕФЛЕКСИРУЮЩИЙ

«Почему я поступил именно так?»

ПЛЮС

умеет анализировать свои действия, мысли и поступки, высокий уровень осознанности

КОГДА МЕШАЕТ

бесконечное самокопание, начинает думать вместо того, чтобы действовать

ВОПРОС СЕБЕ

Мне сейчас действительно нужно ещё разобраться или уже пора действовать?



САМОЗВАНЕЦ

«А вдруг я на самом деле недостаточно хороший руководитель?»

ПЛЮС

высокие ожидания от себя и желание постоянно развиваться

КОГДА МЕШАЕТ

собственные достижения всё время кажутся недостаточными

ВОПРОС СЕБЕ

Какие факты говорят о моём результате, а что говорит мой внутренний критик?



ЧТО У НИХ ОБЩЕГО?

Все эти истории разные.
Но во всех есть вопрос:

Привычный способ действовать
всё ещё соответствует моей задаче?
Насколько я могу выбирать, как
действовать в конкретной ситуации?

Особенно это заметно
при переходе от специалиста
к руководителю.

Меняется не только набор задач.
Меняется сама управленческая
роль.

ПРАКТИКА

Возьмите одну реальную рабочую ситуацию.

сотрудник

задача

команда

решение

конфликт

делегирование

Не берите «самую большую проблему». Обычную рабочую ситуацию.

4 ВОПРОСА

- 01 Что я сейчас делаю?
- 02 Зачем я это делаю?
- 03 Какую цену я за это плачу?
- 04 Что я могу попробовать сделать иначе?

УРОВЕНЬ ДЕЙСТВИЙ

Не «мне надо меньше контролировать».

ВМЕСТО сразу дать решение



Сначала задам вопрос: «А ты сам как думаешь?»

ВМЕСТО проверять всё до дедлайна



Договорюсь о точке проверки и не полезу раньше

ВМЕСТО крутить разговор в голове



Отделю реальный риск от предположения

Изменения начинаются с одного нового действия.

ИТОГИ

Вам не нужно становиться другим руководителем.

Важно замечать:

что мне помогает

↓

что начинает мешать

↓

где я могу выбрать по-другому

Не избавляться от своих
сильных сторон.

А замечать момент, когда
привычный способ
перестаёт работать.

ОЛЬГА ЛАДОШКИНА



+7 921 353 9181



@Olga_Ladoshkina

ЛИДЕРСКАЯ КУХНЯ

Практика, кейсы, опыт
руководителей

[ПЕРЕЙТИ](#)

