



# Алена Народецкая

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КОУЧ ICF  
100+ КОУЧ-ЧАСОВ  
30+ КЛИЕНТОВ ПО ВСЕМУ МИРУ

## ЦЕЛЬ

Помогать моим клиентам достигать поставленных целей, оставаясь бережными к себе. Быть поддержкой в ситуациях и процессах любой событийной или эмоциональной сложности.

## ОПЫТ РАБОТЫ

### В КОУЧИНГЕ

Частная практика – с декабря 2021. Основные запросы, с которыми работаю:

- Постановка и видение целей
- Поиск решений и создание стратегий
- Лидерство и коммуникации
- Поддержка и адаптация сотрудников в изменениях
- Перезапуск личного потенциала в период профессиональной стагнации

### ВНЕ КОУЧИНГА

- Более 8 лет опыта в IT. Из них более 5 руководила людьми и занималась их развитием. Выросла из тестировщика в руководителя отдела тестирования.
- 6 лет работы в банке, где выросла со специалиста до руководителя сектора.

## ОБРАЗОВАНИЕ

2023 Академия 5 Prism «Сопровождение до PCC»

2022 Центр Психологического Коучинга и Супервизии «ПРО100  
Психология для коучей»

2022 Академия 5 Prism «5 PRISM в работе коуча»

2022 Академия 5 Prism «Коучинг международного уровня», ACSTH ICF

2021 EDPRO, Международная академия дополнительного

профессионального образования, «Психологическое консультирование и коучинг», диплом о переподготовке

2019 Стратоплан, Международная онлайн школа менеджеров  
«Руководитель отдела»

2019 Сертификация SAFe® 4 Agilistr

2018 Сертификация SAFe® 4 Product Owner/Product Manager

2004 Белорусский Государственный Университет «Специальный  
факультет бизнеса и информационных технологий», специальность –  
экономическая кибернетика, диплом о переквалификации

2004 Белорусский Государственный Университет «Факультет прикладной  
математики и информатики», специальность – прикладная математика,  
высшее.

## СПЕЦИАЛИЗАЦИЯ

Коучинг руководителей и  
лидеров

## ЭКСПЕРТИЗА

Бизнес коучинг

Лайф коучинг

Индивидуальный коучинг

Групповой коучинг

Модератор  
мастармаинд групп

## КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:



+48 508 620 568



[naralenska@gmail.com](mailto:naralenska@gmail.com)



[linkedin.com/in/al.naradzetskaya](https://www.linkedin.com/in/al.naradzetskaya)



Польша, Вроцлав

# Executive coaching (коучинг руководителей, лидеров)

Алена  
Народецкая

+48 508 620 568

## ОПИСАНИЕ

Коучинг руководителей в компании используется для оказания профессиональной поддержки менеджерам в области личного развития, помогает быстрее пройти все этапы изменений, провести переоценку опыта и знаний, с целью эффективного управления изменениями и увеличения прибыльности компании.

## ПРИМЕРЫ ЦЕЛЕЙ ОРГАНИЗАЦИИ, КОТОРЫЕ РЕШАЕТ КОУЧИНГ РУКОВОДИТЕЛЕЙ (EXECUTIVE COACHING):

- Повышение эффективности менеджмента;
- Развитие лидерских компетенций менеджера;
- Развитие коммуникативных навыков менеджера;
- Поддержка менеджера при вступлении в новую должность или расширении функциональных обязанностей;
- Поддержка ключевых сотрудников на этапе изменений в компании или реализации новых проектов;
- Налаживание коммуникации в организации;
- Создание индивидуального плана развития лидерского потенциала;
- Сохранение уровня KPI в период реструктуризации компании;
- Минимизация участия в бизнес-процессах;
- Увеличение прибыльности компании.

ПО РЕЗУЛЬТАТАМ КОУЧИНГА МОЖЕТ ИЗМЕНИТЬСЯ ПОДХОД К ЗАДАЧАМ И ПОЯВИТЬСЯ ПОНИМАНИЕ ПЛАНА ДЕЙСТВИЙ ПО КАЖДОМУ ИНДИВИДУАЛЬНОМУ ЗАПРОСУ МЕНЕДЖЕРА.

# Индивидуальный бизнес-коучинг в организации

Алена  
Народецкая

+48 508 620 568

## ОПИСАНИЕ

Коучинг в компании используется для оказания профессиональной поддержки сотрудников в области личного развития, что приводит к улучшению прибыльности компании и является инструментом для достижения бизнес-результатов.

## В РАБОТЕ С КОУЧЕМ СОТРУДНИК СМОЖЕТ РАЗВИТЬ:

- лидерские качества
- управленческие способности
- коммуникативные навыки
- создание успешных команд
- техники мотивации и вдохновения
- экологичный переход к новым проектам и другим изменениям в бизнесе или организации

## ПРИМЕРЫ ЗАПРОСОВ НА КОУЧИНГОВЫЙ КОНТРАКТ:

### По развитию компетенций

- Постановка и видение цели
- Осознание позиции в переговорах
- Проработка позиции с ключевыми сотрудниками
- Убрать глубокую стадию сомнений в принятии решения
- Умение видеть людей и их мотивы
- Владение ситуативным лидерством
- Умение вдохновлять сотрудников
- Твёрдость в принятии решения
- Сфокусированность при решении определенной задачи

### По жизненным задачам

- Реакции (мешающие реакции) на определенные ситуации, либо на действия людей (избегание, злость, раздражение, забывание);
- Вопросы самомотивации (нет желания работать, отсутствие удовольствия и драйва от работы);
- Некоторые страхи (публичного выступления, общения со статусными клиентами, потери безопасности и т.д.);
- Выстраивание отношений с нужными людьми;
- Нахождение эффективного баланса в личной и профессиональной сферах жизни.

# Коучинг в малых группах / Мастермайнд для организации

Алена  
Народецкая

+48 508 620 568

## ОПИСАНИЕ

### Для кого:

- Руководителей разнообразных направлений схожего звена
- Руководителей схожего функционала из разных филиалов
- Сотрудники одного подразделения
- Руководители или сотрудники объединенные единой целью
- Сотрудники, прошедшие обучение (посттренинговая интеграция знаний)

### ПРИМЕРЫ ЦЕЛЕЙ НА МАСТЕРМАЙНД И КОУЧИНГ МАЛЫХ ГРУППАХ:

- Поднять корпоративный дух, инициативность и ответственность
- Показать возможность развития личной карьеры внутри большой организации
- Интегрировать знания, полученные на тренингах

### ФОРМАТ ПРОВЕДЕНИЯ:

- Проработка в малых группах по 3-5 человек индивидуальных запросов участников объединенных общей целью или задачами
- Коуч-сессии являются тематическими (темы коуч-сессий формируются Коучем на основе предоставленной Заказчиком информации)
- Мастермайнд более свободный формат часто направленный на поддержку участника и развитие внутрикомандной коммуникации

РЕГУЛЯРНЫЕ ВСТРЕЧИ СОТРУДНИКОВ ДЛЯ КОМБИНАЦИИ «МОЗГОВОГО ШТУРМА», ОБУЧЕНИЯ В ДЕЙСТВИИ, ПОСТАНОВКИ ЛИЧНЫХ ЦЕЛЕЙ, ГРУППОВОЙ ПОДДЕРЖКИ И ОБРАТНОЙ СВЯЗИ ОТ КАЖДОГО УЧАСТНИКА