

## Уважаемые коллеги!

Вы задумываетесь над включением в проект по сопровождаемому трудоустройству<sup>1</sup> и хотите подобрать наставника<sup>2</sup> внутри вашей организации, который будет вовлечен в сопровождение сотрудника на рабочем месте? Предлагаем вам провести самодиагностику компетенций среди потенциальных кандидатов в наставники!

Возможно, вы задумываетесь над тем, чтобы самому стать наставником и хотите оценить степень вашей готовности к выполнению данной роли? Предлагаем вам исследовать ваши компетенции и выявить направления саморазвития с помощью данного чек-листа.

### Профиль компетенций наставника включает в себя 7 ключевых навыков и качеств:

- 1.** Понимание принципов инклюзии: знание методов работы, общения с людьми с особенностями здоровья (в т.ч. ментальными) и сиротским опытом, а также толерантность.
- 2.** Стрессоустойчивость: способность сохранять внутреннее спокойствие, эмоциональную стабильность и самоконтроль в стрессовых ситуациях.
- 3.** Педагогические навыки: способность обучить человека новым навыкам так, чтобы он сумел применить их, способность доступно объяснить информацию, четко поставить задачи.
- 4.** Коммуникативная гибкость: навык, позволяющий «найти общий язык» с разными людьми, адаптировать стиль общения к конкретной ситуации.
- 5.** Навыки эмпатии: способность понимать эмоциональное состояние другого человека.
- 6.** Лидерские качества: способности влиять, убеждать, вести за собой, вдохновлять и мотивировать.
- 7.** Ассертивность: способность отстаивать свои интересы, защищать личные границы без конфликта и ущемления интересов других.

### Инструкция по заполнению чек-листа самодиагностики наставника

Ниже представлены утверждения относительно ваших поведенческих установок в рабочих ситуациях. Оцените, пожалуйста, степень Вашего согласия с данными утверждениями, где:

— **«Точно да»** означает абсолютную уверенность в соответствии утверждения вашим установкам в приведенной ситуации;

— **«Скорее да»** означает уверенность с некоторой долей сомнения;

— **«Скорее нет»** означает сомнение в применимости утверждения по отношению к вам, однако полностью не отрицает вашу способность действовать именно так, как обозначено в утверждении, при условии оказания вам значительной помощи;

— **«Точно нет»** означает уверенность в том, что утверждение абсолютно противоположно вашим поведенческим установкам, и вы ни при каких обстоятельствах не готовы действовать так, как обозначено в утверждении.

Напротив каждого утверждения поставьте галочку в графе с соответствующим ответом. После заполнения таблицы просуммируйте ваши баллы по каждому утверждению, где ответ «Точно да» дает 3 балла, ответ «Скорее да», 2 балла, ответ «Скорее нет», 1 балл; ответ «Точно нет», 0 баллов.

Помните, что вы высказываете собственное мнение о себе в настоящий момент; здесь не может быть плохих/хороших, правильных/неправильных ответов!

<sup>1</sup> **Сопровождаемое трудоустройство** — метод работы с уязвимыми группами людей (с особенностями здоровья, сиротским опытом и другими), а также с их окружением, для доступа и закрепления на оплачиваемой работе на открытом рынке труда.

<sup>2</sup> **Наставник в сопровождаемом трудоустройстве** — сотрудник внутри организации, который помогает работнику с особенностями здоровья и/или сиротским опытом в освоении трудовых навыков в рамках конкретной вакансии, а также норм и правил, принятых в организации.

Утверждение	Ответ			
	Точно да (3 балла)	Скорее да (2 балла)	Скорее нет (1 балл)	Точно нет (0 баллов)
1. Я умею четко поставить задачи другому сотруднику и организовать план его работы				
2. Я способен обучить других людей навыкам, которыми обладаю сам				
3. Я легко адаптирую методы обучения под индивидуальные особенности человека				
4. Я готов к многократному повторению одного и того же, сохраняя терпение				
5. Я способен выстраивать конструктивные рабочие отношения с теми людьми, которые мне лично не нравятся				
6. Я способен обеспечить взаимную адаптацию нового сотрудника к коллективу: помочь как сотруднику войти в коллектив, так и коллегам принять сотрудника в качестве равноценного члена коллектива				
7. Я легко понимаю эмоциональное состояние другого человека				
8. Я легко выявляю сильные и слабые стороны сотрудника				
9. У меня хорошие отношения с коллективом, в котором я работаю				
10. Я умею влиять на других людей, добиваясь от них необходимых мне результатов работы				
11. Я легко подберу слова для осознанного ответа на внезапный вопрос / внезапную просьбу сотрудника здесь и сейчас				
12. Я готов высказать замечания к работе сотрудника, при этом способен сделать это так, чтобы не вызвать негативных эмоций и избежать конфликта				
13. Я способен общаться с сотрудником с особенностями здоровья или сиротским опытом точно так же, как с любым другим сотрудником – соблюсти баланс между поддержкой и одинаковыми требованиями к работе, не бояться попасть в неловкую ситуацию				

14. Я знаю этические нормы взаимодействия с сотрудником с особенностями здоровья <sup>3</sup>				
15. Я знаю этические нормы взаимодействия с сотрудником с сиротским опытом <sup>4</sup>				
16. Я знаю, в каких случаях необходима адаптация рабочего места и понимаю, как ее организовать				
Общее количество баллов				

### Интерпретация результатов



от 46 до 48

**Вы набрали от 46 до 48 баллов.** Вы достаточно мотивированы, уверены в себе, обладаете необходимыми знаниями и навыками для того, чтобы успешно выполнять роль наставника — у вас точно всё получится! Вы также сможете стать образцом для других наставников: будем рады видеть вас на мероприятиях проекта «Всё получится!», где вы сможете поделиться ценным опытом!



от 36 до 45

**Вы набрали от 36 до 45 баллов.** Вы в целом готовы к выполнению роли наставника, хотя имеете некоторые сомнения в решении сложных ситуаций. Вам помогут рекомендации опытного специалиста проекта «Всё получится!» — и у вас всё получится!



от 26 до 35

**Вы набрали от 26 до 35 баллов.** У вас есть некоторые знания и навыки для выполнения роли наставника, но вам необходимы обучение, тренинги и больше уверенности в себе — тогда всё получится! Специалисты проекта «Всё получится!» смогут поддержать вас на пути к наставничеству, обсудите с нами варианты сотрудничества!



от 19 до 25

**Вы набрали от 19 до 25 баллов.** Для выполнения роли наставника и профилактики выгорания от этой роли вам понадобится всесторонняя поддержка со стороны ваших коллег и руководства, помимо помощи специалистов проекта «Всё получится!». Попробуйте повторно пройти самодиагностику или обратитесь к коллегам за обратной связью: возможно, у вас просто не хватает уверенности в том, что всё получится!



от 0 до 18

**Вы набрали от 0 до 18 баллов.** На данный момент вы не готовы к выполнению роли наставника. Но теперь вы знаете, какие основные компетенции нужны для выполнения роли наставника. Не расстраивайтесь, этому всегда можно обучиться при вашем желании. Обратитесь к специалистам проекта «Всё получится!», если сами захотите прокачать навыки наставничества или продолжайте делать упор на том, чтобы быть профессионалом в своих рабочих делах!

<sup>3</sup> Не переживайте, если вы не имеете представлений об этических нормах взаимодействия с сотрудниками с особенностями здоровья: специалисты проекта «Всё получится!» окажут вам консультацию и обеспечат необходимыми материалами.

<sup>4</sup> Не переживайте, если вы не имеете представлений об этических нормах взаимодействия с сотрудниками с сиротским опытом: специалисты проекта «Всё получится!» окажут вам консультацию и обеспечат необходимыми материалами.