

ЧЕЛОВЕК РАБОТАЮЩИЙ

ОБЗОР ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ГРУППОВОГО ИССЛЕДОВАНИЯ



Перзкое
мероприятие

г. Москва
апрель-май 2020 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ:

I. Что мы сделали вместе	4
II. Что мы сами сделали для публичного отчета	5
III. Кто может отнести себя к категории «Человек Работающий»	6
IV. Сферы жизни человека Работающего	7
V. Человек, Работающий в найме	8
1. Работа, карьера	8
2. Финансы (доходы и расходы)	9
3. Духовность, нравственность, гражданская позиция	10
4. Семья	11
VI. Человек Работающий на себя — Самозанятый	12
1. Саморазвитие	12
2. Духовность, нравственность, гражданская позиция	12
3. Финансы	13
4. Семья	14
VII. Рекомендации для Человека Работающего	15
1. Работа, карьера	15
2. Финансы (доходы и расходы)	16
3. Духовность, нравственность, гражданская позиция	17
4. Семья	18
VIII. Рекомендации для Человека Работающего на себя	19
— Самозанятого	
1. Саморазвитие	19
2. Духовность, нравственность, гражданская позиция	20
3. Финансы	20
4. Семья	21
IX. Как написать свой жизненный сценарий	23
X. Приложения	24
Приложение 1 — Портрет «Человека Работающего»	24
Приложение 2 — Востребованность продуктов и услуг. Падающие и взлетающие рынки	25
Приложение 3 — Кризисный горизонт	29
Приложение 4 — Идеи для карьеры в цепочках производства	30
Приложение 5 — Наиболее значимые группы стейкхолдеров.	32
Приложение 6 — Пример жизненного сценария	32
Приложение 7 — Отзывы участников исследования	36
Приложение 8 — Сферы жизни Человека Работающего	37
Участники исследования	38

Вы держите в руках отчет по результатам коллективного исследования «Человек работающий» 2020. Исследование мы провели совместно с участниками клуба для руководителей «Дерзкое мероприятие» в период с 3 по 18 апреля. Это было время, когда самоизоляция только начала набирать обороты, сотрудники большинства компаний перешли на удалёнку, а в информационном пространстве началась пропаганда страха.

В эти недели самоизоляции стало ясно, что новая неопределенность слишком высока, чтобы можно было получить новые ориентиры в готовом виде. Ни один эксперт не мог прогнозировать развитие ситуации и дать четкие ответы на вопрос «что делать?»

Мы, Инна Абрамова и Елена Малькова, как специалисты по развитию компаний и Человека Работающего, знаем законы работы социо-технической системы, понимаем, как информация влияет на принятие решений и поведение людей. Поэтому мы решили поддержать участников нашего клуба «Дерзкое Мероприятие» и предложили им самим добыть ценные знания о настоящем и будущем, смоделировать для себя выход из карантина и оценить свои карьерные перспективы.

Работа, которую мы инициировали, должна была решить для участников несколько задач:

- создать интеллектуальный вектор и снизить стресс
- обеспечить отбор поступающей информации, структурировать ее
- активировать позитивное мышление на поиск возможностей и направить мысли на конструктивные вещи
- помочь найти каждому сценарий развития и организации жизни в любом из возможных вариантов развития событий

Мы взяли на себя:

- разработку методики исследования
- формирование заданий для исследователей
- информационно-обучающие сессии по каждому шагу исследования
- координацию результатов работы групп
- финальную обработку собранного материала и формирование отчета для предъявления широкой публике

В исследовании приняли участие 30 человек, занятых в коммерческой деятельности Москвы.

Группа исследователей была представлена:

- руководителями среднего звена
- самозанятыми работниками и малыми предпринимателями

Профессиональная деятельность наших участников связана:

- с недвижимостью
- обеспечением производства в рекламе и кинопроизводстве
- HR
- СМИ и пиаром
- модой и дизайном
- торговлей
- обучением и саморазвитием

I. ЧТО МЫ СДЕЛАЛИ ВМЕСТЕ:

- 1** Мы создали портрет Человека Работающего и при помощи наших участников уточнили и дополнили его (см. *Приложение 1*). Это было важно сделать, чтобы понимать, на какие сферы жизни Человека Работающего нам нужно обратить пристальное внимание. Также это способствовало лучшему пониманию задач, болей и желаний Человека Работающего.
- 2** В рабочих группах мы собрали факторы внешней среды, оценили вероятность их реализации и силу влияния. Это позволило нам увидеть, какие тенденции могут проявиться во внешней среде и какие изменения произойдут на рынках товаров и услуг. Общую картину падающих и растущих рынков, составленную участниками исследования, вы найдете в *Приложении 2*.
- 3** Рыночные сдвиги напрямую касаются карьеры Человека Работающего. И на этом этапе наши участники экспериментировали с цепочками производства и пытались определить, какие новые возможности открываются и какие новые ниши могут оказаться для них привлекательными. Результаты этой работы вы можете увидеть в *Приложении 4*.
- 4** Все обнаруженные изменения мы старательно примерили к карте трендов, чтобы понять, к чему же мы все идем – к стагнации, деградации или развитию? Этот шаг был оправдан на фоне апокалиптических предсказаний гуру с центральных каналов.
- 5** Далее мы поработали с картой стейкхолдеров и определили, как будут изменяться интересы групп людей, влияющих на карьеру, личную жизнь и другие сферы жизни Человека Работающего (*Приложение 5*).

- 6** С опорой на выявленные тренды и выводы, участники построили сценарии, актуальные для себя (см. *Приложение 6*). Если вы, читатель этого отчета, захотите пройти этот путь и разработать сценарий для себя, то вы сможете это сделать с помощью пошагового алгоритма, представленного в разделе «Как написать свой жизненный сценарий».
- 7** Мы обещали участникам просмотреть еще раз собранный первичный материал, проработать его и для публичного представления уточнить некоторые моменты. Это важно, так как, по отзывам участников (см. *Приложение 7*), работа в исследовании придала им уверенности, вдохновила на конструктивную картину будущего, помогла найти опоры в себе. Одни участники взялись за анализ растущих рынков и поиск новых ниш, другие сосредоточились на проработке персональных стратегий развития. Были даже случаи, когда участники делились своими выводами со своими друзьями, не принимавшими участия в работе группы. Все это привело нас к идее, что нужна публичная версия отчета по нашему исследованию.
- 8** В период, когда адаптация к карантину произошла и все стали мыслить спокойно, мы вернулись к первичной информации и старательно оценили ее потенциал для анализа. Строго говоря, информация, собранная группами, основывалась в большей степени на экспертных мнениях, оценках и суждениях участников, чем на фактах и цифрах. Данная особенность материала не позволила нам развернуть научный подход. Тем не менее, у нас сохранялась уверенность в том, что эта информация сможет помочь и другим людям, которые относят себя к категории Человек Работающий, подумать о направлениях для развития, найти новые ориентиры и подпитаться энергией.

II. ЧТО МЫ САМИ СДЕЛАЛИ ДЛЯ ПУБЛИЧНОГО ОТЧЕТА

1. Выделили и описали сферы жизни Человека Работающего
2. Посмотрели на первичный материал через призму возможностей и угроз
3. Зафиксировали те сферы жизни Человека работающего, которые сильнее всего трансформируются под влиянием факторов внешней среды и интересов стейкхолдеров
4. Определили возможности для развития
5. Записали рекомендации



Когда вы будете читать наш отчет, то помните:

- ▶ Внешняя среда все время меняется, и выводы этого отчета могут быть актуальны или частично актуальны для следующего этапа развития событий
- ▶ Отчет выполнен в аналитическом подходе. То есть мы действовали целенаправленно: первичная информация просеивалась через аналитические инструменты, сопоставлялась, проверялась, рейтинговалась. И только на последнем этапе были выводы и рекомендации. Эти выводы адресованы целевой группе «Человек Работающий» и они могут послужить опорой для понимания персональных стратегий выживания и развития
- ▶ Вы можете согласиться с нашими рекомендациями, а можете не согласиться. Главное, чтобы вы начали думать о себе, своих сферах жизни и развитии своей карьеры, начали находить решения.

Этим отчетом мы вместе с участниками клуба «Дерзкое Мероприятие» хотим помочь всем Человекам Работающим найти свое место в быстро меняющемся мире!

III. КТО МОЖЕТ ОТНЕСТИ СЕБЯ К КАТЕГОРИИ «ЧЕЛОВЕК РАБОТАЮЩИЙ»

Работающие люди мегаполиса – публика неоднородная. В интересах исследования нужно проложить границы, которые позволят более точно выделить представителей целевой аудитории. Мы ориентировались на то, что портрет Человека Работающего должен быть близок нашей группе исследователей. Поэтому мы остановились на двух группах Человека Работающего:

1. Люди, работающие по найму:

- их базовые заботы связаны с постоянным доходом, безопасностью, стабильностью
- их тревоги связаны с утратой статуса, привычного уровня жизни, способности конкурировать
- их желания направлены на профессиональное и личностное развитие, им нравится путешествовать, потреблять, участвовать в культурных мероприятиях, проявлять социальную, гражданскую активность.
- Для людей этой категории важно находиться в корпоративной системе, быть включенными в иерархические и командные отношения, делать важные вещи и контролировать поведение других людей, важны достижения.

2. Люди, развивающие карьеру самозанятых:

- их базовые заботы связаны с обеспечением дохода и сохранением независимости, автономности в принятии решений

- они избегают иерархии, подчинения и их тревоги направлены на рынок. Утрата интереса к продукту\услуге, потеря клиентов, стагнация в сфере деятельности или ее излишняя регламентация, ограничение конкуренции, протекционизм и резкое сокращение доходов в короткий период времени – вот их основные боли.
- их желания направлены на саморазвитие и самореализацию, прибавление клиентов, готовых покупать, возможности самим регулировать свою жизнь и нагрузку, возможности развивать новые направления

Для людей этой категории важно быть на пике тенденций в своем деле, чувствовать рынок и получать возможности для развития новых и «кормящих» проектов. Они также любят путешествовать, готовы потреблять, участвовать в культурных мероприятиях, проявлять социальную и гражданскую позиции. Они заботятся о будущем, своем и своих детей, они хотят изобилия, стабильного устойчивого развития, но при этом им важна новизна, новаторство, проявление индивидуальности, возможность самим выбирать, принимать решения и рисковать.

Есть и еще три фактора, которые объединяют эти две группы людей:

- они зависят от дохода, который получают благодаря профессиональной деятельности
- они не могут терять этот основной источник дохода, так как сами являются опорными элементами семей или ведут довольно рискованный с точки зрения потребления образ жизни
- они являются честными налогоплательщиками и нуждаются в поддержке государства в трудные времена

IV. СФЕРЫ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА РАБОТАЮЩЕГО

Жизнь и рабочая активность каждого человека протекает в разных сообществах, форматах, режимах. Если внимательно присмотреться, то можно обнаружить, что все жизненные ситуации жителя мегаполиса привязаны к определенным сферам жизни. Например: «работа и карьера», «семья», «здоровье и активность». Вот наш житель мегаполиса обдумывает, как ему провести вечер пятницы, и ищет в интернете подходящее мероприятие. Так он реализует себя в сфере «Досуг».

В каждой сфере находят реализацию определенные темы, ожидания, привычки, интересы (*см. Приложение 8*). Каждая сфера жизни жителя мегаполиса – Человека Работающего – связана с общественным окружением и влиятельными лицами. Каждая подвержена влиянию внешней среды и зависит от действий стейкхолдеров. И каждая сфера требует внимания Человека Работающего.

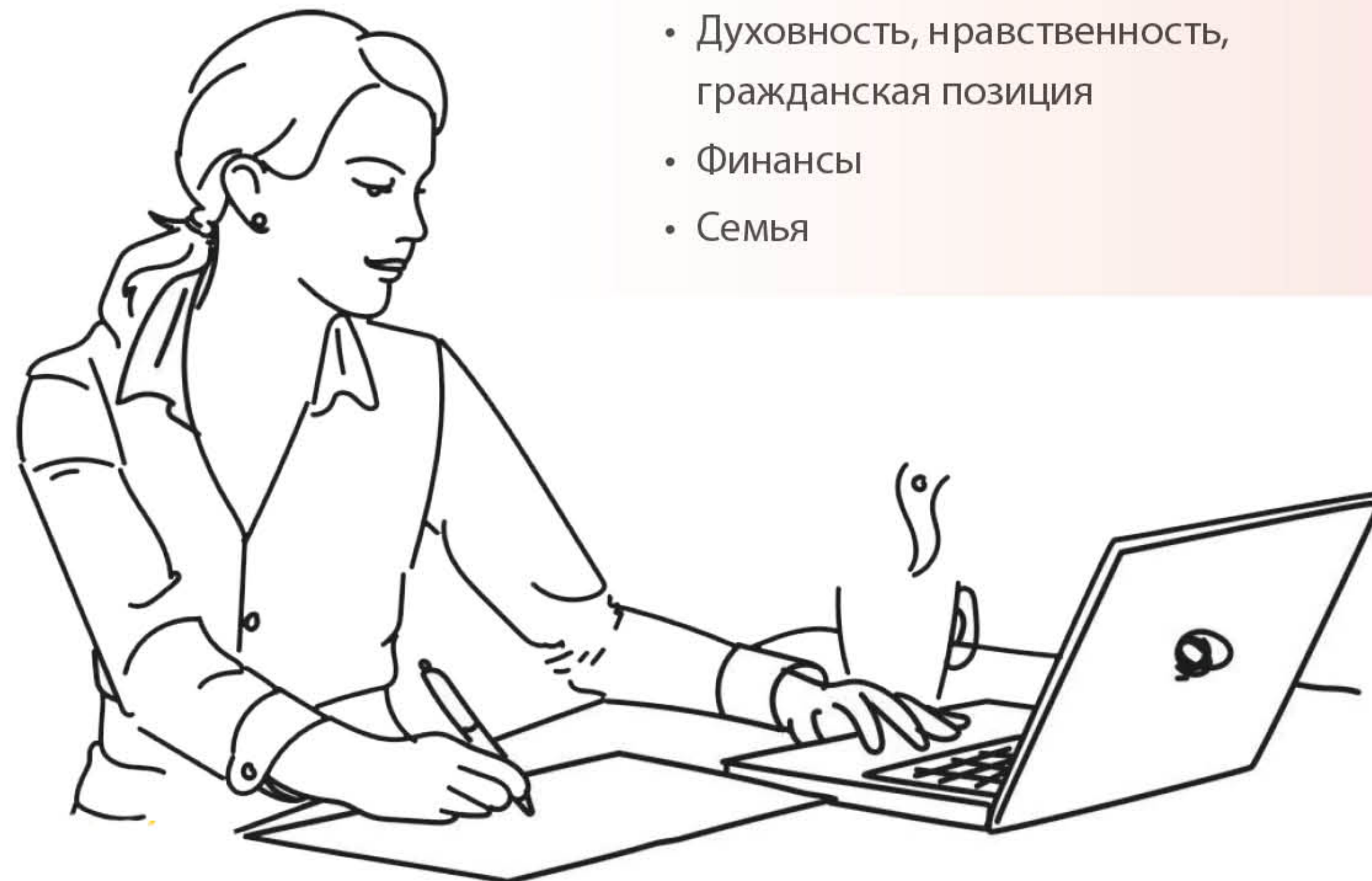
В современной реальности влияние внешней среды и стейкхолдеров неравномерно затрагивает сферы жизни Человека Работающего. Те сферы, где оно проявляется существенно, теряют привычный баланс и требуют внимания. В одном случае необходимо срочно пересмотреть стратегию поведения в конкретной сфере жизни, чтобы снизить риски и обеспечить безопасность. В другом случае важно увидеть возможности для развития и приложить усилия, чтобы выйти к трансформирующим идеям.

Итак, для работающих по найму особенно чувствительными сферами жизни окажутся:

- Работа, карьера
- Финансы (доходы и расходы)
- Духовность, нравственность, гражданская позиция
- Семья

Для самозанятых чувствительными окажутся сферы жизни:

- Саморазвитие
- Духовность, нравственность, гражданская позиция
- Финансы
- Семья



V. ЧЕЛОВЕК РАБОТАЮЩИЙ В НАЙМЕ

1. Работа, карьера

1.1. Состояние рынка труда и занятость

- Основной тренд – падение доходов сотрудников и увольнения. Для этого есть несколько причин:
- Карантин и вероятный кризис работают как катализаторы массовых изменений. Рынки не только падают, но и растут, меняются бизнес-модели, появляются новые профессии.
- Цифровая трансформация компаний и переход на новые бизнес-модели происходят в ускоренном режиме. Происходит отработка новых форматов работы (ограниченное посещение офиса, удаленная работа).
- Работодатели ожидают, что теперь сотрудники смогут работать в разных режимах, учиться онлайн, нести дополнительную нагрузку, сочетать разные функции.
- Работодатели стремятся к замене сотрудников более квалифицированными по той же цене. Работодатели ожидают от сотрудников проявления внутреннего предпринимательства, предложений по увеличению доходов компании, поиску новых ниш и новых сегментов клиентов.
- Работодатели заинтересованы в большем контроле за результатом и эффективностью труда, следовательно, ожидают от сотрудников способности к более результативной и эффективной работе
- В Москве работу могут потерять от 0,5 до 1 млн человек. Из-за конфликта в сфере трудовых отношений возможен рост обращений в суды в связи с нарушением закона при увольнении. Сотрудники ищут возможности сохранить свое место на рынке труда, отстаивать свои права.
- Уверенно занятыми остаются бюджетники, отличные специалисты, квалифицированные ИТ-специалисты

Вывод: работодатели ожидают от сотрудников лояльности и будут ценить «нетребовательных профессионалов»

Приготовьтесь отстаивать права

С другой стороны, открываются новые карьерные возможности:

- Выигрывают те, кто действительно «ловит волну». Конкуренты активизируются в поиске новых идей, свежей информации, лучших «голов». Лучшие сотрудники будут получать предложения от конкурентов, сотрудники, обладающие информацией, будут подвергаться провокациям.
- Клиенты, банки и кредиторы также сильно заинтересованы в эффективной и качественной работе. Их интерес касается, в первую очередь, соблюдения мер безопасности, во вторую – «умения работать», то есть умения качественно управлять.
- Деньги будут получать те, кто эффективен и может доказать это реальными проектами.
- Работодатели держатся за управленческие команды, в развитие которых было вложено много труда, но готовы прибегать к лизингу линейных сотрудников
- Вероятно перераспределение трудовых ресурсов по географии и по рынкам

Вывод: ценность получают те сотрудники, кто обладает предпринимательским талантом, умеет управлять проектами, умеет качественно выстраивать процессы

Продавайте свою ценность. Отвечайте на вопрос «Какой измеримый вклад в успех/результат/развитие/выживание Вы можете внести».

Ищите свою нишу в компании и на рынке.

Изучайте приемы и технологии, которые обогащают ваш переговорный, исследовательский, управленческий потенциал.

1.2. Удовлетворенность работой:

- Те сотрудники, которые не имели возможности полноценно перейти на удаленную работу, будут и дальше испытывать трудности при широком внедрении концепции «home office»
- Те, которые адаптировались к ситуации, готовы менять географию, сферу деятельности, снижать амбиции, готовы нести высокую нагрузку – имеют более высокие шансы на удовлетворенность

Вывод: фокус внимания смещается с комфорта на новые возможности

Ищите карьерные возможности на растущих рынках в любой географии

2. Финансы (доходы и расходы)

2.1. Уровень достатка: расходы и доходы

- Тенденция – охлаждение экономики. Как следствие, снижение доходов, покупательной способности, рост цен, необходимость урезать лишние расходы как для домохозяйств, так и для государства.
- Все это приведет к усилению контроля за финансовыми потоками со стороны правительства и банков и к возникновению дополнительных налогов и штрафов
- Разрывы между получением денег и сроками оплаты госуслуг, услуг ЖКХ и пр. могут привести к ощущению, что тратим быстрее, чем зарабатываем
- Реальные доходы населения могут упасть на 5%. При этом доля расходов на питание в бюджете семьи может увеличиться до 40%

Вывод: нужно выбирать в пользу безопасного финансового поведения

Определите базовый уровень выживания, контролируйте потребление

Сбалансируйте доходы и расходы с учетом разрывов во времени

Избегайте штрафов, не копите долги

2.2. Накопления и инвестиции

- Основная проблема – закредитованность населения
- Коронавирус может оставить дыру (до 30%) во внебюджетных фондах (Пенсионный, Социальное Страхование, ОМС).
- Рост валют, снижение ипотечной ставки до 6% может подтолкнуть людей инвестировать в недвижимость, чтобы сохранить деньги, что также может быть не самой удачной стратегией поведения
- Основные валюты будут расти в цене, что толкает правительства к разработке новых механизмов взаиморасчетов, минуя конвертации в эти валюты. Это может привести к снижению их ценности в торговом обороте. Для Человека Работающего это означает, что его доходы в основных валютах могут ему обеспечить весомое, но временное преимущество.

Вывод: нужно самим заботиться о своей пенсионной программе, здоровье и «подушке безопасности», избавляться от долгов

Пересмотрите стратегии получения доходов через инвестиции. Переходите на короткие программы инвестирования

Новые размещения лучше делать под руководством проверенных профессионалов

2.3. Господдержка:

- У населения есть ощущение полного отсутствия помощи со стороны государства. В то же время отменены пени за неуплату квартплаты, отменена оплата за капремонт на 3 месяца, продлены проездные билеты, введено обеспечение бесплатными лекарствами для медсестер, врачей и другого персонала, находившегося в контакте с больными. Анализ на коронавирус внесен в ОМС. Пострадавшим от болезни предоставлены не бесплатные кредитные каникулы.

Вывод: господдержка касается определенных групп населения

Не копите долги по ЖКХ, выясните положенные вам льготы, но не ждите многого

Берите ответственность за свою жизнь на себя!

3. Духовность, нравственность, гражданская позиция

3.1 Эмоции, радость жизни

Особенность нашего времени – противоречивые и спутанные эмоции. Люди хотели бы сохранять чувство юмора и позитивное мышление. Но, с одной стороны, растут дискомфорт и разочарование в действиях власти (ввели режим ХЗ, внесли поправки в конституцию, толкают страну к изоляции и тоталитарному режиму, отправили гуманитарную помощь США, дают противоречивые послания с уровня законодательной и исполнительной властей). С другой стороны, растет надежда на укрепление репутации России в мире.

На этом фоне происходят изменения в **общем душевном состоянии**:

- Люди подвержены тревожным мыслям и многие нуждаются в помощи психологов
- Растет число случаев домашнего насилия
- Вероятно увеличение количества суицидов
- Работодатели ожидают, что сотрудники проявят лояльность и надежность
- Сотрудники ожидают гарантий, спокойной обстановки, четкого плана действий, честных объяснений
- Семьи адаптируются к ситуации, но ожидают стабильности и прозрачных планов

Ищите механизмы адаптации, контролируйте внутренний хаос, тренируйте психологическую устойчивость

Ищите сферы жизни, где Вы можете свободно проявлять себя как личность, высказывать мнение и принимать решения

3.2. Внутренняя гармония и творчество

При росте безработицы роль Человека и вопросы его внутренней гармонии снизятся. Культура будет, видимо, меняться, возможно укрепление ценностей простой жизни, возможно полное равнодушие. Вероятно, произойдет разрушение скреп веры, повысится спрос на оккультные услуги. В настоящее время реальные тренды еще не ясны, но люди отмечают, что

- есть довольные периодом затворничества и дауншифтинга
- появилось время для размышлений
- государство добивается от человека послушания и подчинения

Вывод: противоречия в душевном состоянии, надежда на лучшее будущее и ожидание скорых негативных перемен толкают людей искать новые ориентиры, в том числе через разрушение привычных стратегий поведения

Ищите способы для самовыражения и творчества, чтобы ваш внутренний мир получал конструктивную подпитку

Формируйте здоровые привычки

Относитесь к жизни как к ценности

3.3. Гражданские права и свободы

- усиливается влияние государства на частную жизнь, стали появляться акты, ограничивающие права граждан. В связи с угрозой здоровью пока эти инициативы переносятся обществом с пониманием

- есть опасение, что инструменты контроля (QR-коды, штрафы) не будут отменены после вспышки коронавируса и получат более широкое распространение
- по-прежнему сильна коррупция. На время карантина ограничено действие судов

Вывод: у людей ощущение, что гражданские права урезаются, а обязательства остаются прежними

Формируйте гражданскую позицию взрослого человека

Голосуйте

Давайте обратную связь в органы власти (местной, региональной, федеральной)

4. Семья

4.1. Бытовые условия и комфорт:

Ключевые тенденции в этой сфере жизни касаются дефицита бытовых сервисов, невозможности уединиться, трудностей с обучением и досугом детей. Все это приводит к тому, что:

- возможно обострение отношений в семьях и увеличение разводов
- трудно терпеть ограничения, особенно если родные находятся на расстоянии
- семьям трудно планировать путешествия из-за неопределенности с карантином, закрытием границ и ограничением материальных ресурсов

Вывод: людям сложно примириться как с условиями ограничений, так и с грядущими изменениями. Они хотели бы удержать свой привычный образ жизни, они сильно обеспокоены возможными ухудшениями

Вырабатывайте правила совместного существования в семье

Устанавливайте правила, ритуалы, праздники для семьи

Работайте над отношениями

Поддерживайте детей

Готовьте маршруты будущих путешествий про запас

1.1. Безопасность:

Из-за роста безработицы, падения доходов и разбалансированного душевного состояния возможно усиление криминальной обстановки

Позаботьтесь о безопасности семьи оффлайн

Будьте внимательны онлайн



VI. ЧЕЛОВЕК РАБОТАЮЩИЙ НА СЕБЯ – САМОЗАНЯТЫЙ

1. Саморазвитие

1.1. Обучение и личностное развитие, работа над собой, самосовершенствование, реализация творческого потенциала:

Важное изменение в период карантина состоит в том, что жизнь перешла в онлайн и для самозанятых стало важным самообучение и саморазвитие:

- потребление онлайн-продуктов повысилось (соотношение оборота и выручки, по сведениям Яндекс Аналитик, говорят о том, что люди охотно посещают бесплатные вебинары)
- онлайн-технологии, дистанционные формы обучения получили ускоренное развитие. Появилось много бесплатных онлайн-сервисов, позволяющих общаться, изучать, рекламировать себя
- происходит вымывание части продуктов времени изобилия (например, тренингов личностного роста)

Вывод: самозанятым стало важно присутствовать онлайн, давать рекламу и продвигать себя в Интернете. Следствием этого становится необходимость инвестировать в продвижение и находить клиентов онлайн

Продумайте ценность своего предложения для клиентов, изучайте, что им действительно важно в вашем товаре/услуге

Расширяйте свои возможности за счет другой целевой аудитории

Продолжайте саморазвитие! Держите фокус на профессию, универсальные компетенции, эмоциональную устойчивость

2. Духовность, нравственность, гражданская позиция

2.1. Эмоции, радость жизни

Особенность нашего времени – противоречивые и спутанные эмоции. Люди хотели бы сохранять чувство юмора и позитивное мышление. Но, с одной стороны, растут дискомфорт и разочарование в действиях власти (ввели режим ХЗ, внесли поправки в конституцию, толкают страну к изоляции и тоталитарному режиму, отправили гуманитарную помощь США, дают противоречивые послания с уровня законодательной и исполнительной властей). С другой стороны, растет надежда на укрепление репутации России в мире.

На этом фоне происходят изменения в общем душевном состоянии:

- люди подвержены тревожным мыслям и многие нуждаются в помощи психологов
- растет число разводов и случаев домашнего насилия
- вероятно увеличение количества суицидов
- работодатели ожидают, что сотрудники проявят лояльность и надежность
- сотрудники ожидают гарантий, спокойной обстановки, четкого плана действий, честных объяснений
- семьи адаптируются к ситуации, но ожидают стабильности и прозрачных планов

Ищите механизмы адаптации, контролируйте внутренний хаос, тренируйте психологическую устойчивость

Ищите сферы жизни, где Вы можете свободно проявлять себя как личность, высказывать мнение и принимать решения

2.2. Внутренняя гармония и творчество

При росте безработицы роль Человека и вопросы его внутренней гармонии снизятся. Культура будет, видимо, меняться, возможно укрепление ценностей простой жизни, возможно полное равнодушие. Вероятно, произойдет разрушение скреп веры, повысится спрос на оккультные услуги. В настоящее время реальные тренды еще не ясны, но люди отмечают, что

- есть довольные периодом затворничества и дауншифтинга
- появилось время для размышлений
- государство добивается от человека беспрекословного подчинения

Вывод: противоречия в душевном состоянии, надежда на лучшее будущее и ожидание скорых негативных перемен толкают людей искать новые ориентиры, в том числе через разрушение привычных стратегий поведения

Ищите способы для самовыражения и творчества, чтобы ваш внутренний мир получал конструктивную подпитку

Формируйте здоровые привычки

Относитесь к жизни как к ценности

2.3. Гражданские права и свободы

- усиливается влияние государства на частную жизнь, стали появляться акты, ограничивающие права граждан. В связи с угрозой здоровью пока эти инициативы переносятся обществом с пониманием
- есть опасение, что инструменты контроля (QR- коды, штрафы) не будут отменены после вспышки коронавируса и получат более широкое распространение
- по-прежнему сильна коррупция. На время карантина ограничено действие судов

Вывод: у людей ощущение, что гражданские права урезаются, а обязательства остаются прежними

Формируйте гражданскую позицию взрослого человека

Голосуйте

Давайте обратную связь в органы власти (местной, региональной, федеральной)

3. Финансы

3.1. Уровень достатка: расходы и доходы

Тенденция – охлаждение экономики. Малый бизнес сильно страдает на фоне карантина, ощутимой поддержки от государства нет. В Москве сокращается деятельность самозанятых и ИП.

Как следствие: снижение доходов, покупательной способности, рост цен, необходимость урезать лишние расходы как для домохозяйств, так и для государства.

- все это приведет к усилению контроля за финансовыми потоками со стороны правительства и банков и к возникновению дополнительных налогов и штрафов
- разрывы между получением денег и сроками оплаты госуслуг, услуг ЖКХ и пр. могут привести к ощущению, что тратим быстрее, чем зарабатываем
- реальные доходы населения могут упасть на 5%. При этом доля расходов на питание в бюджете семьи может увеличиться до 40%

Вывод: нужно выбирать в пользу безопасного финансового поведения

Определите базовый уровень выживания, контролируйте потребление

Сбалансируйте доходы и расходы с учетом разрывов во времени

Избегайте штрафов, не копите долги

Освобождайтесь от долгов и предметов быта, требующих дорогого содержания

Пересмотрите потенциал своей ниши и определите выгодную карьерную стратегию, вплоть до возвращения в найм

3.2. Накопления и инвестиции

- основная проблема – закредитованность населения
- коронавирус может оставить дыру (до 30%) во внебюджетных фондах (Пенсионный, Социальное Страхование, ОМС).
- рост валют, снижение ипотечной ставки до 6% может подтолкнуть людей инвестировать в недвижимость, чтобы сохранить деньги, что также может быть не самой удачной стратегией поведения
- основные валюты будут расти в цене, что толкает правительства к разработке новых механизмов взаиморасчетов, минуя конвертации в эти валюты. Это может привести к снижению их ценности в торговом обороте. Для Человека Работающего это означает, что его доходы в основных валютах могут ему обеспечить весомое, но временное преимущество

Вывод: нужно самим заботиться о своей пенсионной программе, здоровье и «подушке безопасности», избавляться от долгов

Пересмотрите стратегии получения доходов через инвестиции.

Переходите на короткие программы инвестирования

Новые размещения лучше делать под руководством проверенных профессионалов

3.3. Господдержка:

- у населения есть ощущение полного отсутствия помощи со стороны государства. В то же время отменены пени за неуплату квартплаты, отменена оплата за капремонт на 3 месяца, продлены проездные билеты, введено обеспечение бесплатными лекарствами для медсестер, врачей и другого персонала, находившегося в контакте с больными. Анализ на коронавирус внесен в ОМС. Пострадавшим от болезни предоставлены не бесплатные кредитные каникулы

Вывод: господдержка касается определенных групп населения

Не копите долги по ЖКХ, выясните положенные вам льготы, но не ждите многого

Берите ответственность за свою жизнь на себя!

4. Семья

4.1. Бытовые условия и комфорт:

Ключевые тенденции в этой сфере жизни касаются дефицита бытовых сервисов, невозможности уединиться, трудностей с обучением и досугом детей. Все это приводит к тому, что:

- возможно обострение отношений в семьях и увеличение разводов
- трудно терпеть ограничения, особенно если родные находятся на расстоянии
- семьям трудно планировать путешествия из-за неопределенности с карантином, закрытия границ и ограничения материальных ресурсов

Вывод: людям сложно примириться как с условиями ограничений, так и с грядущими изменениями. Они хотели бы удержать свой

привычный образ жизни, они сильно обеспокоены возможными ухудшениями

Вырабатывайте правила совместного существования в семье

Устанавливайте правила, ритуалы, праздники для семьи

Работайте над отношениями

Поддерживайте детей

Готовьте маршруты будущих путешествий про запас

4.2. Безопасность:

- Из-за роста безработицы, падения доходов и разбалансированного душевного состояния возможно усиление криминальной обстановки

Позаботьтесь о безопасности семьи оффлайн

Будьте внимательны онлайн



VII. РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА РАБОТАЮЩЕГО

1. Работа, карьера

1.1. Продавайте свою ценность. Отвечайте на вопрос – какой измеримый вклад в успех\результат\развитие\выживание Вы можете внести:

- В такой ситуации лучше брать ответственность за свою судьбу в свои руки. Нужно трезво оценить шансы компании–работодателя на выживание (мониторить ситуацию господдержки, состояния рынка, состояния конкретного бизнеса), разобраться с тем, чем Вы можете быть ценны этой компании и принять решение, которое поможет Вам наилучшим образом провести переговоры с работодателем.
- Вам важно понять, какой Ваш вклад, какие Ваши таланты помогут компании добиваться результатов.
- Научитесь оценивать свою деятельность в форме продукта\результата, считать затраченное время на стандартные операции, оценить креативный труд. Научитесь сами формировать для себя показатели эффективности. Это поможет Вам вести переговоры в случае усиления контроля за незначимыми вещами.
- Познакомьтесь с Вашими талантами, узнайте, в каких задачах Вы наиболее эффективны и мотивированы. Определите потенциал для внутреннего предпринимательства.
- Если вы попали в ситуацию, когда Вы ограничены предпринимательскими талантами, но, например, сильны в проработке планов и деталей, продавайте себя как члена команды, который нужен, чтобы вести материальную сторону проекта.
- Обосновывайте Ваше предложение работодателю, не стесняйтесь вести торг и гибко подходить к встречным предложениям

1.2. Ищите свою нишу в компании и на рынке

- Вы можете изучить направление трансформационных процессов в компании и постараться найти себя в них. Это также может стать темой для переговоров с работодателем
- Для большей устойчивости и создания уровня безопасного потребления Вы можете предложить работодателю новую форму трудовых отношений работодателю (как самозанятый, удаленка, частичная занятость).
- Изучайте современные платформы для работы онлайн, осваивайте навыки удаленной работы с командами через технические средства, повышайте психологическую грамотность по вопросам коллективной работы. Все это поможет Вам работать эффективно в группе на удаленке
- Если Вы оказываетесь на рынке труда, ищите новые возможности не только в своей отрасли, смотрите на растущие рынки, ищите новые ниши, будьте готовы к карьерным переходам и новым профессиям (*см. Приложение 2*)
- Принимайте предложения о переезде. Как показал опыт ротации в спокойные времена, это трудный опыт для человека, обремененного семьей. Тем не менее, этот опыт может быть оздоравливающим, если охлаждение экономики примет серьезный оборот

1.3. Приготовьтесь отстаивать права

- Обязательно нужно изучить трудовое право, распоряжения правительства, работу механизмов поддержки безработных. Это позволит Вам осознанно принимать решения, бороться за права, находить новые возможности и новые связи

1.4. Обучение

- Осваивайте приемы исследования в поле клиента, технологию разработки продуктов и услуг под запрос, продвигайте обратную связь от клиента к стейкхолдерам, влияющим на создание продуктов\услуг

- Определите свой ведущий переговорный стиль. Осваивайте всю палитру стратегий переговоров. Практикуйте как переговоры по интересам, так и торг
- Мониторьте конкурентов, чтобы избежать провокаций, с одной стороны. С другой стороны, конкуренты – поле возможностей для Вашей карьеры
- Сократите горизонт личного планирования, понизьте планку личных амбиций, умерьте запрос на личные достижения
- Держит ритм и не позволяйте разным инициативам поглотить себя. Выделяйте четкие приоритеты, которые приведут Вас к результатам
- Старайтесь время от времени делать сверку результатов деятельности с Вашими планами и ожиданиями. Подчеркивайте для себя прирост новых знаний, нового опыта, новых побед. Ищите трансформирующие идеи, то есть идеи, которые дают Вам путь к новой профессии, новым способам действий, новым связям, новым достижениям.

2. Финансы (доходы и расходы)

2.1. Безопасные стратегии финансового поведения

- Необходимо повысить контроль за потреблением. Это позволит избежать ненужных трат и разумно распределять средства в период неопределенности и охлаждения экономики
- Необходимо создавать «подушки безопасности» для того, чтобы можно было компенсировать время простоя на рынке труда, затраты на лечение и пр.
- Необходимо пересмотреть персональные статьи бюджета и сбалансировать доходную и расходную части с учетом разрывов в приходе денег, новых штрафов\налогов\новых статей (например, связь и интернет по более дорогим тарифам)

2.2. Сохранение базового дохода

- Необходимо определить свой базовый доход, ниже которого нельзя сокращать семейный бюджет. Ориентируйтесь на базовый доход как на минимальную величину заработка
- При усилении негативных прогнозов имеет смысл стремиться к сохранению базового дохода, покрывающего основные нужды семьи

2.3. Накопления и инвестиции

- Следует внимательно относиться к дополнительным источникам дохода (квартира, машина, дача в аренду, монетизация хобби) – придется скорректировать свои ожидания от дополнительного дохода или приложить больше усилий для его получения
- Необходимо пересмотреть стратегии получения доходов через инвестиции. В связи с изменяющимися правилами игры на рынках, старые инвестиционные программы окажутся менее эффективными (копить в долларах, вкладывать в гособлигации и пр.)
- В ситуации большой неопределенности риски повышаются. Имеет смысл переходить на короткие программы инвестирования
- Новые размещения лучше делать под руководством проверенных профессионалов
- Думайте о будущем, старайтесь создавать «подушки» и вырабатывать стратегии, которые позволят Вам в самой плохой ситуации обеспечивать себя самому

2.4. Господдержка

- Если вы не относитесь к уязвимым слоям общества, то стоит брать ответственность за свою жизнь на себя, как это было в 90е. Изучайте меры господдержки, пользуйтесь доступной поддержкой, но старайтесь регулировать свое финансовое благополучие самостоятельно

- Не копите долги по ЖКХ, эту сумму все равно придется отдать, а с усилением контроля за финансовыми потоками Вы в ситуации с долгами по ЖКХ рискуете стать ненадежным как для госорганов, так и для работодателей

3. Духовность, нравственность, гражданская позиция

3.1. Тренировать психологическую устойчивость

- В настоящее время известны разные методы, которые позволяют добиваться устойчивости и раскрывать ресурсы человека. Нужно направлять усилия на психогигиену и целенаправленно заниматься наработкой психологической устойчивости
- Важно обратиться к своим базовым ценностям и согласовать свое поведение с ними. Это поможет делать осознанный выбор в сложных ситуациях и удерживать психологический баланс в разрешении семейных и рабочих конфликтов
- Обращаться за помощью к психологам, изучать возможности (телефон доверия, б\п марафоны, платные сессии)

3.2. Искать механизмы адаптации

- Чем быстрее Вы будете находить плюсы в новой ситуации, признавать испытания частью игры, адаптироваться к условиям новой жизни, тем более здоровым будет Ваш внутренний мир
- Старайтесь контролировать внутренний хаос, связанный с переменами, искать новые идеи и новые способы выживать и развиваться

3.3. Фокус внимания на самовыражение и творчество

- Ищите как можно больше способов для самовыражения и творчества, чтобы Ваш внутренний мир получал подпитку. Не залипайте на чем-то одном

- Боритесь с желанием выпивать и рассуждать. Направьте Ваше внимание на музыку, медитацию, физические упражнения. Не давайте неправильным привычкам брать верх, формируйте здоровые привычки, трудитесь над собой
- Найдите для себя сферы жизни, где Вы можете действовать как субъект, то есть проявлять себя как уникальная личность, высказывать свое мнение, заниматься любимым делом, принимать решения

3.4. Формируйте гражданскую позицию взрослого человека

- Изучайте ситуацию, связанную с инициативами правительства, с расстановкой сил в правительстве. Это поможет вам быть в курсе последних изменений на уровне государства и понимать. Смотрите, какие инициативы переходят в состояние законодательных актов.
- Изучайте свои права и обязанности, чтобы не совершать не законных действий
- Практикуйте критическое мышление: уходите от влияния любой пропаганды, сравнивайте данные разных источников по одному вопросу
- Сознательно формируйте свою гражданскую позицию
- Голосуйте, пишите обратную связь на порталы ГС, будьте активным гражданином

4. Семья

4.1. Правила совместного существования

- Самый простой способ отрегулировать быт семьи – определить базовые правила взаимного существования, чтобы каждый мог получить доступ к ресурсам, но не ущемлял другого
- Старые семейные ритуалы чаепития, совместной уборки, чтения, просмотра фильмов – все это важно возродить именно сейчас,

когда ограничение свободы передвижения лишает нас возможности реализовать свои бытовые запросы в полной мере

- Вводите график уборки, закупки, структурируйте меню, время приема пищи, делите обязанности со всеми членами семьи, договаривайтесь о взаимной помощи, больше объясняйте и договаривайтесь. Меньше давите

4.2. Поддержка детей

- Практикуйте зарядку, закаливание и физические упражнения с детьми
- Поддерживайте их похвалой, формируйте их психологическую устойчивость (когнитивные зарядки, музыка wing wave и пр.)
- Учите навыкам самоорганизации, техническим навыкам и навыкам эффективного планирования, чтобы они сами могли справляться с обучением
- Меньше критикуйте систему образования и ситуацию в присутствии детей, больше концентрируйтесь на том, что можно сделать, какие цели поставить, как добиться результата

4.3. Работайте над отношениями

- Удерживайте сферу жизни семья от кризиса и распада, если Ваша цель – жить в семье. Для разрешения конфликта привлекайте психолога
- Если семья уже в глубоком кризисе и совместная жизнь не возможна, не тяните время. Работайте над конструктивным разрывом
- Поддерживайте отношения с родными онлайн, организуйте помощь на удалении, отправляйте посылки с доставкой

4.4. Путешествия

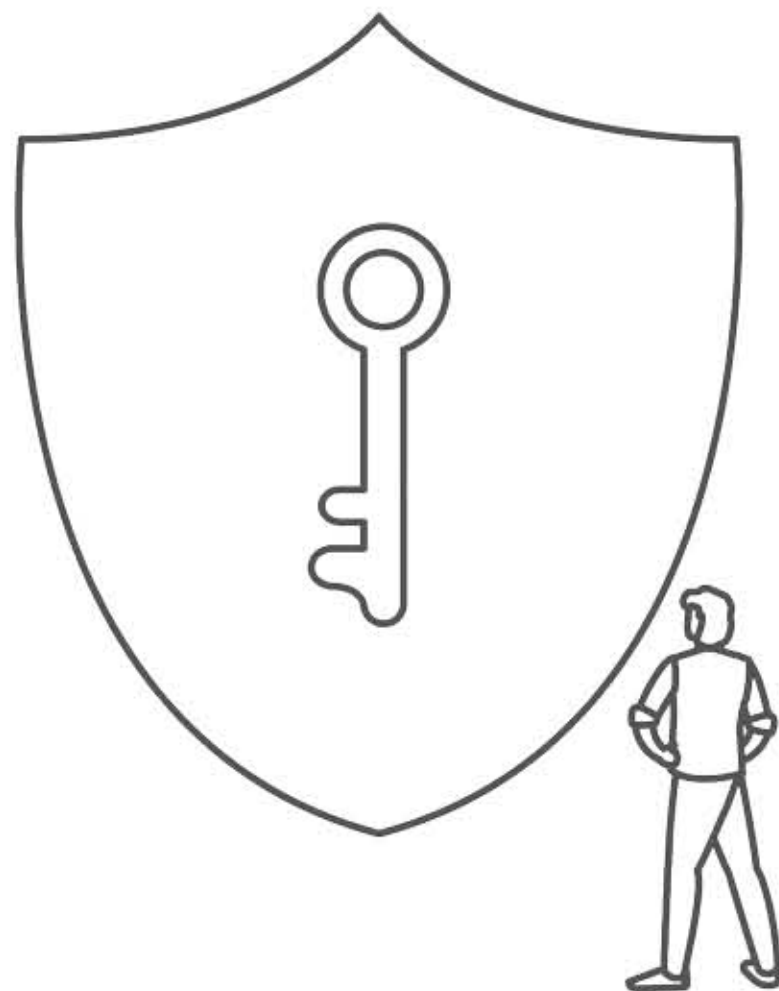
- Разрабатывайте маршруты, обдумывайте новые горизонты, планируйте поездки. Копите досье направлений для путешествий и для туристических мероприятий. Это позволит Вам узнать много

интересного о целях путешествия, определить оптимальные маршруты и время года для посещения. Вы сможете использовать этот материал в будущем

- Смотрите документальные фильмы, собирайте материал
- Оцените потенциал автомобиля для путешествий по стране
- Планируя отдых детей, делайте акцент на выгоды выбранного варианта, не сожалейте о прошлых возможностях. Даже если это будет два месяца на заброшенной даче, это шанс, чтобы потрудиться, побыть на свежем воздухе, окрепнуть в борьбе с бытовыми трудностями

4.5. Позаботьтесь о безопасности:

- Продумайте уязвимые места своей семьи и жилья
- Укрепите меры защиты и предосторожности
- Оставайтесь мобилизованным
- Следите за криминогенной обстановкой в своем районе
- Будьте осторожны с незнакомцами
- Мониторьте свои действия онлайн, будьте аккуратны с паролями и перечислениями



VIII. РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА РАБОТАЮЩЕГО НА СЕБЯ — САМОЗАНЯТОГО

1. Саморазвитие

1.1. Рынок, ниша, ценностное предложение

- У Самозанятых может сложиться очень разная ситуация с продажей услуг\товаров. Поэтому важно, чтобы Вы обратили внимание на то, в какую категорию попадает ваше предложение. Внимательно изучайте предпочтения Ваших клиентов, задавайте себе вопросы: какую задачу решают мои клиенты
- Вам стоит продумать ценность своего предложения, спрашивайте клиентов «что для вас важно?», «что для вас ценно в услуге?», собирайте пост-продажную обратную связь, меняйте свои услуги под запросы клиентов
- Присмотритесь к другой целевой аудитории. Насколько ваши услуги будут ей востребованы
- Используйте возможность онлайн среды как для изучения ваших клиентов, так и для продвижения ваших услуг.

1.2. Собственное саморазвитие

- Для самозанятых крайне важно развиваться, узнавать новые приемы, подходы, инструменты, методы, чтобы оказывать качественные услуги. Несмотря на увеличивающуюся нагрузку в кризисное время нужно использовать любую возможность для саморазвития. Обращайте внимание на такие зоны саморазвития, как профессия, универсальные компетенции, эмоциональная устойчивость

2. Духовность, нравственность, гражданская позиция

2.1 Тренировать психологическую устойчивость

- Крайне важно заниматься психогигиеной, тренировать психологическую устойчивость и поддерживать позитивное настроение, чтобы адекватно переживать влияние внешней среды. Находясь в ресурсном состоянии, Вы сможете более качественно оказывать услуги и будете ассоциироваться у клиентов с честным деловым партнером с устойчивой позицией
- Старайтесь как можно быстрее узнавать новые «правила игры» на Вашем рынке и адаптироваться к ним: разнообразить каналы продвижения и сбыта, кастомизировать продукты\услуги, гибко подходить к ценообразованию. Это позволит вам избежать стресса от сопротивления и желания вернуть жизнь на прежний уровень

2.2. Фокус внимания на самовыражение и творчество

- Направьте Ваше внимание на музыку, медитацию, физические упражнения. Это поможет вам дать отпор неправильным привычкам, сформировать здоровые стратегии поведения
- Найдите для себя сферы жизни, где Вы можете действовать как субъект, то есть проявлять себя как уникальная личность, высказывать свое мнение, заниматься любимым делом, принимать решения. Ищите как можно больше способов для самовыражения и творчества, чтобы Ваш внутренний мир получал подпитку.

2.3. Формируйте гражданскую позицию взрослого человека

- Изучайте ситуацию, связанную с инициативами правительства, с расстановкой сил в правительстве. Это поможет вам быть в курсе последних изменений на уровне государства и понимать. Смотрите, какие инициативы переходят в состояние законодательных актов.

- Изучайте свои права и обязанности, чтобы не совершать не законных действий
- Практикуйте критическое мышление: уходите от влияния любой пропаганды, сравнивайте данные разных источников по одному вопросу
- Сознательно формируйте свою гражданскую позицию
- Голосуйте, пишите обратную связь на порталы ГС, будьте активным гражданином

3. Финансы

3.1. Стратегия финансового поведения, направленная на безопасность

- Срочно наведите порядок в своих делах, чтобы избежать штрафов. Пересмотрите свои расходы, сконцентрируйтесь на обеспечении базовых затрат в бюджете. Старайтесь быть свободным от кредитов. Не множьте долги.
- Рационализируйте потребление в период кризиса. По возможности освободитесь от предметов быта, которые вам не по карману в содержании (автомобиль премиум класса, три автомобиля на семью, долгострой, дорогостоящее обучение и пр.)
- Оцените кассовые разрывы между оказанием услуг\предоставлением товара и получением денег. Постарайтесь оптимизировать эти разрывы за счет переговоров с клиентом и пересмотра условий и сроков оплаты в договорах
- Пересмотрите потенциал своей ниши (например, будут ли хорошо продаваться Ваши услуги\продукты) и продумайте запасные варианты для заработка (вплоть до возвращения в найм).
- Если Вы не можете дальше вести деятельность в рамках выбранной правовой формы, но вынуждены ее обслуживать финансово, лучше

быстро сворачивайте ее. Изучайте механизмы поддержки безработных или возврат к работе по найму

3.2. Накопления и инвестиции

- На период кризиса выбирайте наиболее безопасные варианты, связанные с инвестициями
- Следует внимательно относиться к дополнительным источникам дохода (квартира, машина, дача в аренду, монетизация хобби) – придется скорректировать свои ожидания от дополнительного дохода или приложить больше усилий для его получения
- Необходимо пересмотреть стратегии получения доходов через инвестиции. В связи с изменяющимися правилами игры на рынках, старые инвестиционные программы окажутся менее эффективными (копить в долларах, вкладывать в гособлигации и пр.).
- В ситуации большой неопределенности риски повышаются. Имеет смысл переходить на короткие программы инвестирования
- Новые размещения лучше делать под руководством проверенных профессионалов
- Думайте о будущем, старайтесь создавать «подушки» и вырабатывать стратегии, которые позволят Вам в самой плохой ситуации обеспечивать себя самому
- Отслеживайте государственные программы поддержки малым и средним предприятиям, оценивайте их потенциал.

4. Семья

4.1. Правила совместного существования

- Самозанятым может быть сложнее организовать работу, когда вся семья дома продолжительное время. Шум, отсутствие достаточного пространства для работы – все это может привести к тому, что

качество услуг может снизиться. Также и сами самозанятые, не имея возможности работать офлайн, могут испытывать трудности находиться дома. Самый простой способ отрегулировать быт семьи – определить базовые правила взаимного существования, чтобы каждый мог получить доступ к ресурсам, но не ущемлял другого. Жизнь семьи не может крутиться только вокруг вашей работы, у каждого члена есть его заботы и интересы.

- Старые семейные ритуалы чаепития, совместной уборки, чтения, просмотра фильмов – все это важно возродить именно сейчас, когда ограничение свободы передвижения лишает нас возможности реализовать свои бытовые запросы в полной мере
- Вводите график уборки, закупки, структурируйте меню, время приема пищи, делите обязанности со всеми членами семьи, договаривайтесь о взаимной помощи, больше объясняйте и договаривайтесь. Меньше давите

4.2. Границы семьи и бизнеса

- Как в любые времена кризиса вы можете столкнуться с обстоятельствами, превышающими ваши возможности. клиенты могут требовать доступности 24\7. Старайтесь организовать дело так, чтобы семья была согласна с вашими решениями, помогала вам и разделяла ваши риски. Но и диктовать только свои условия не следует. Все же это ваши профессиональные риски и вам нужно искать экологичные возможности справляться с ними

4.3. Поддержка детей

- Практикуйте зарядку, закаливание и физические упражнения с детьми
- Поддерживайте их похвалой, формируйте их психологическую устойчивость (когнитивные зарядки, музыка wing wave и пр.)
- Учите навыкам самоорганизации, техническим навыкам и навыкам

эффективного планирования, чтобы они сами могли справляться с обучением

- Меньше критикуйте систему образования и ситуацию в присутствии детей, больше концентрируйтесь на том, что можно сделать, какие цели поставить, как добиться результата

4.4. Работайте над отношениями

- Удерживайте сферу жизни семья от кризиса и распада, если Ваша цель – жить в семье. Для разрешения конфликта привлекайте психолога
- Если семья уже в глубоком кризисе и совместная жизнь не возможна, не тяните время. Работайте над конструктивным разрывом
- Поддерживайте отношения с родными онлайн, организуйте помощь на удалении, отправляйте посылки с доставкой

4.5. Путешествия

- Разрабатывайте маршруты, обдумывайте новые горизонты, планируйте поездки. Копите досье направлений для путешествий и для туристических мероприятий. Это позволит Вам узнать много интересного о целях путешествия, определить оптимальные маршруты и время года для посещения. Вы сможете использовать этот материал в будущем
- Смотрите документальные фильмы, собирайте материал
- Оцените потенциал автомобиля для путешествий по стране
- Планируя отдых детей, делайте акцент на выгоды выбранного варианта, не сожалейте о прошлых возможностях. Даже если это будет два месяца на заброшенной даче, это шанс, чтобы потрудиться, побыть на свежем воздухе, окрепнуть в борьбе с бытовыми трудностями

4.6. Позаботьтесь о безопасности:

- Продумайте уязвимые места своей семьи и жилья
- Укрепите меры защиты и предосторожности
- Оставайтесь мобилизованным
- Следите за криминогенной обстановкой в своем районе
- С цифровизацией нужно быть внимательным к персональным данным и кредитным картам
- Будьте осторожны с незнакомцами

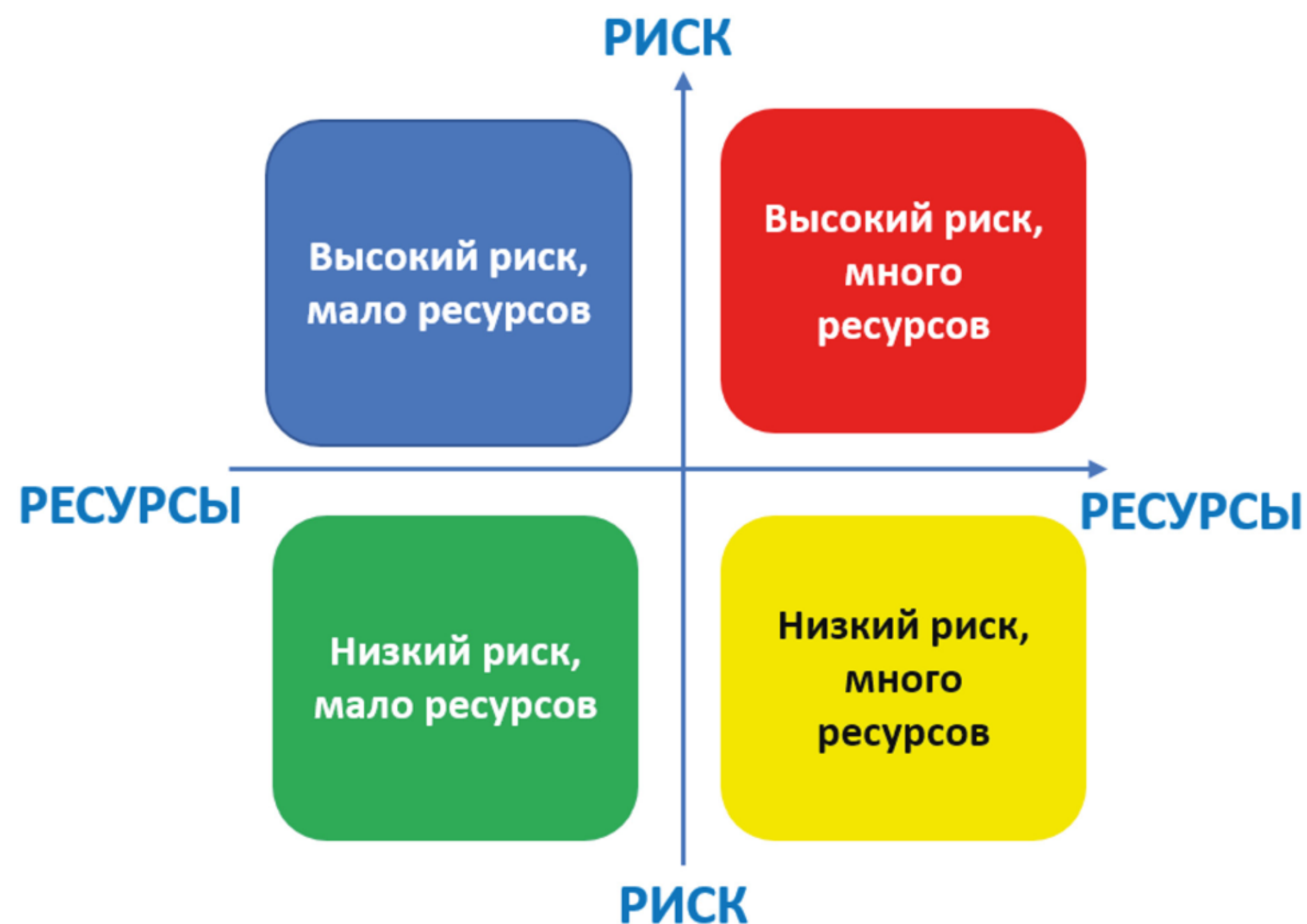


IX. КАК НАПИСАТЬ СВОЙ ЖИЗНЕННЫЙ СЦЕНАРИЙ

Для того, чтобы Вы могли извлечь для себя максимальную пользу из отчета, мы рекомендуем вам поработать со своим жизненным материалом и сделать следующие шаги:

Шаг 1. Определите себя как представителя целевой аудитории:

- Человек Работающий в найме
- Человек Работающий Самозанятый



Шаг 2. Оцените ваши сферы жизни по критериям «риск»/«ресурсы». Для этого поместите название каждой сферы в зону матрицы. Например: вы работаете на временной работе и у вас только этот

источник дохода. В этой сфере точным будет описание «высокие риски\мало ресурсов». Проставьте подходящий номер в каждой строке по сфере жизни:

- Высокий риск/мало ресурсов (временная работа, долги, мало помощи, нестабильное состояние)
- Высокий риск/много ресурсов (временная работа/без работы, долги, дополнительные источники дохода, сильные партнеры, готовые помочь и пр., гармоничное состояние, ощущение силы)
- Низкий риск/мало ресурсов (стабильная работа, отсутствие долгов, малый доход, неуверенное слабое состояние)
- Низкий риск/много ресурсов (стабильная работа, отсутствие долгов, высокий доход, сильное окружение, стабильное сильное состояние)

Шаг 3. Изучите основной текст отчета, где описываются изменения в сферах жизни вашей целевой группы и рекомендации. Выберите подходящие вам рекомендации.

Шаг 4. Ознакомьтесь с приложениями, они помогут вам получить свежие ориентиры на рынке, а также покажут, как искать возможности для развития.

Шаг 5. Запишите ваш жизненный сценарий.

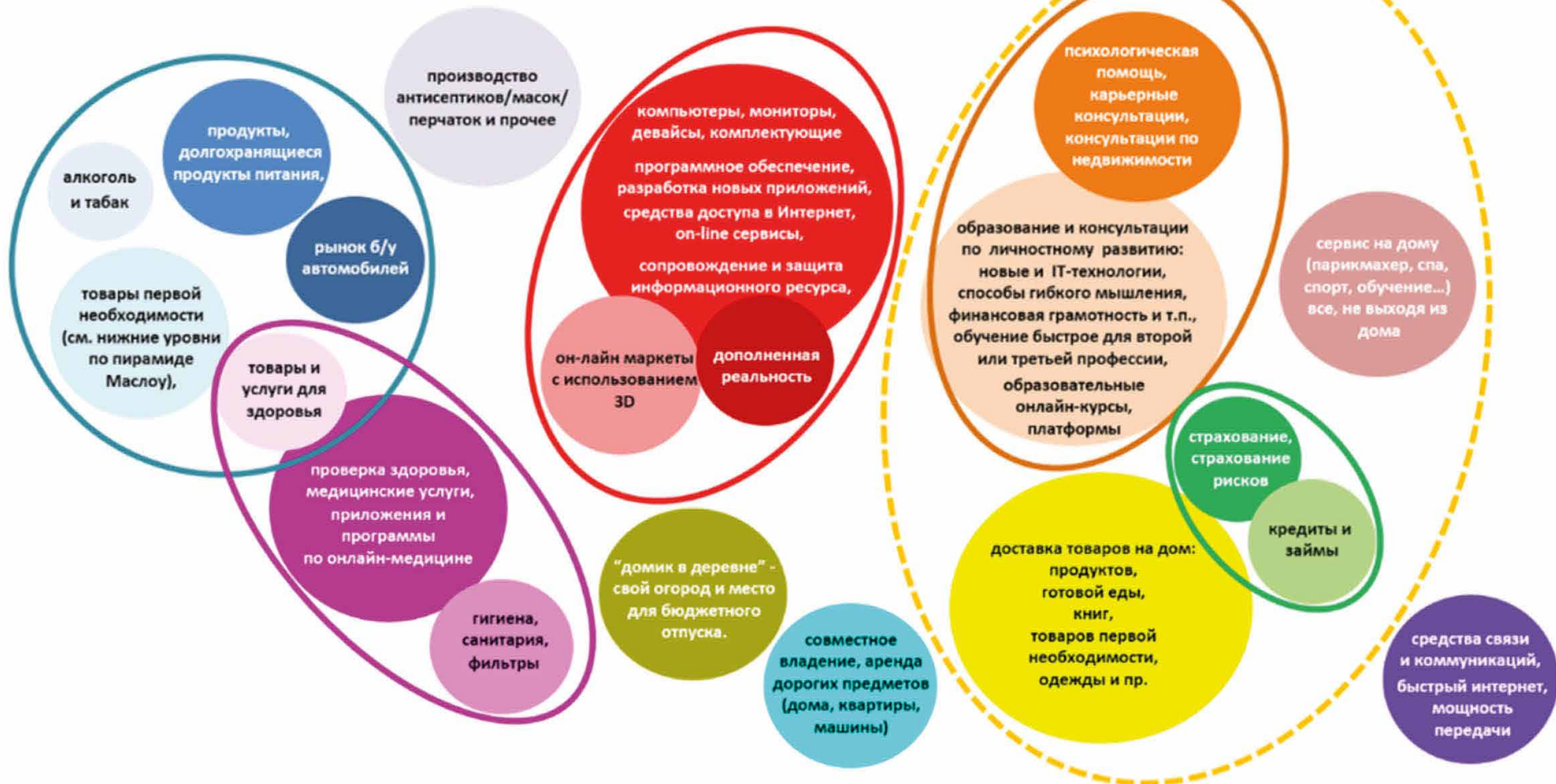
Х. ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1 – Портрет «Человека Работающего».

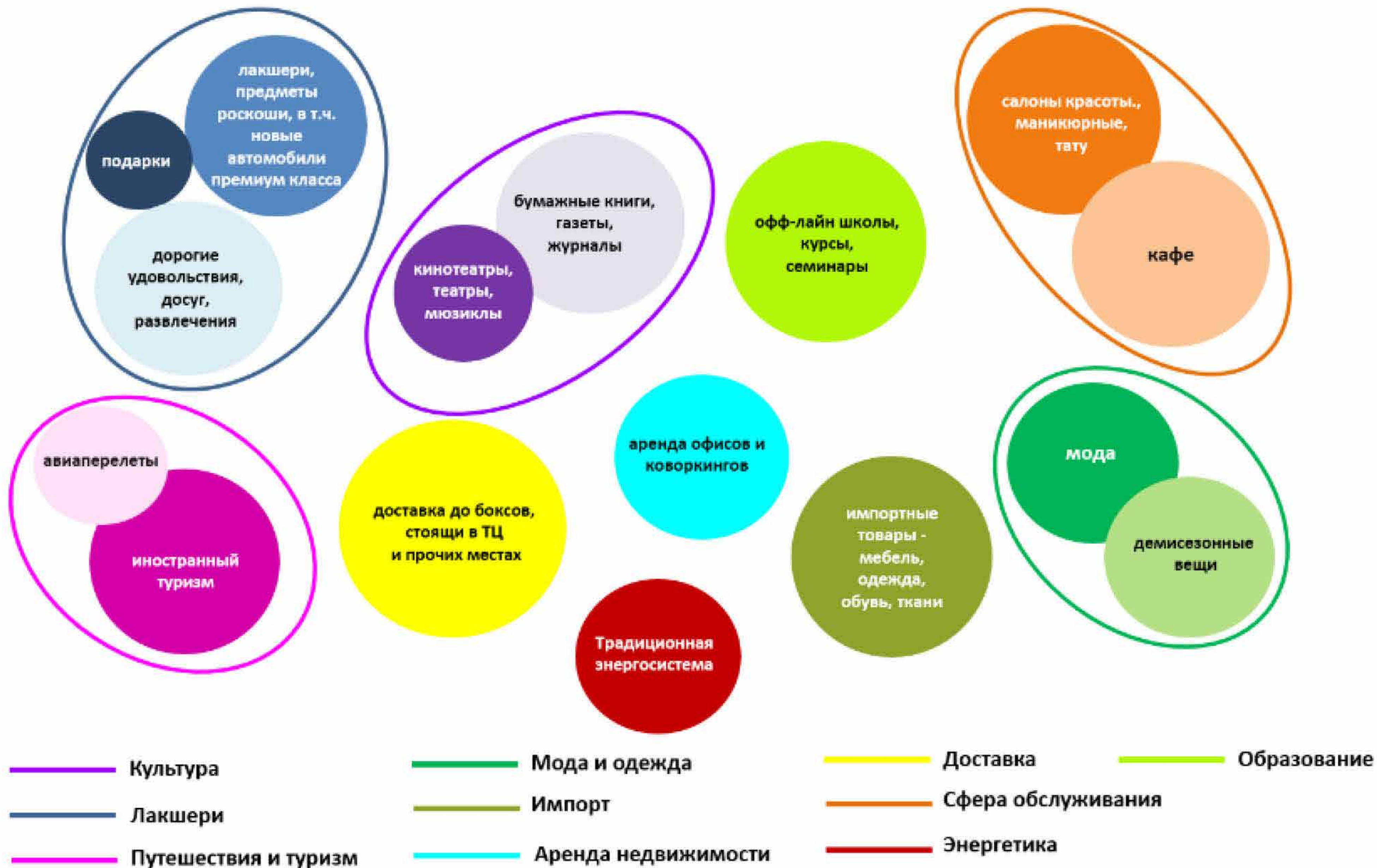
ЧЕЛОВЕК РАБОТАЮЩИЙ



ОСОБО ЦЕННЫЕ И ВОСТРЕБОВАННЫЕ ПРОДУКТЫ И УСЛУГИ



МЕНЕЕ ЦЕННЫЕ ПРОДУКТЫ И УСЛУГИ



РЫНКИ КОТОРЫЕ ОБРУШАТСЯ



РЫНКИ КОТОРЫЕ ВЗЛЕТАТ



Приложение 3 – Кризисный горизонт



Приложение 4 – Идеи для карьеры в цепочках производства

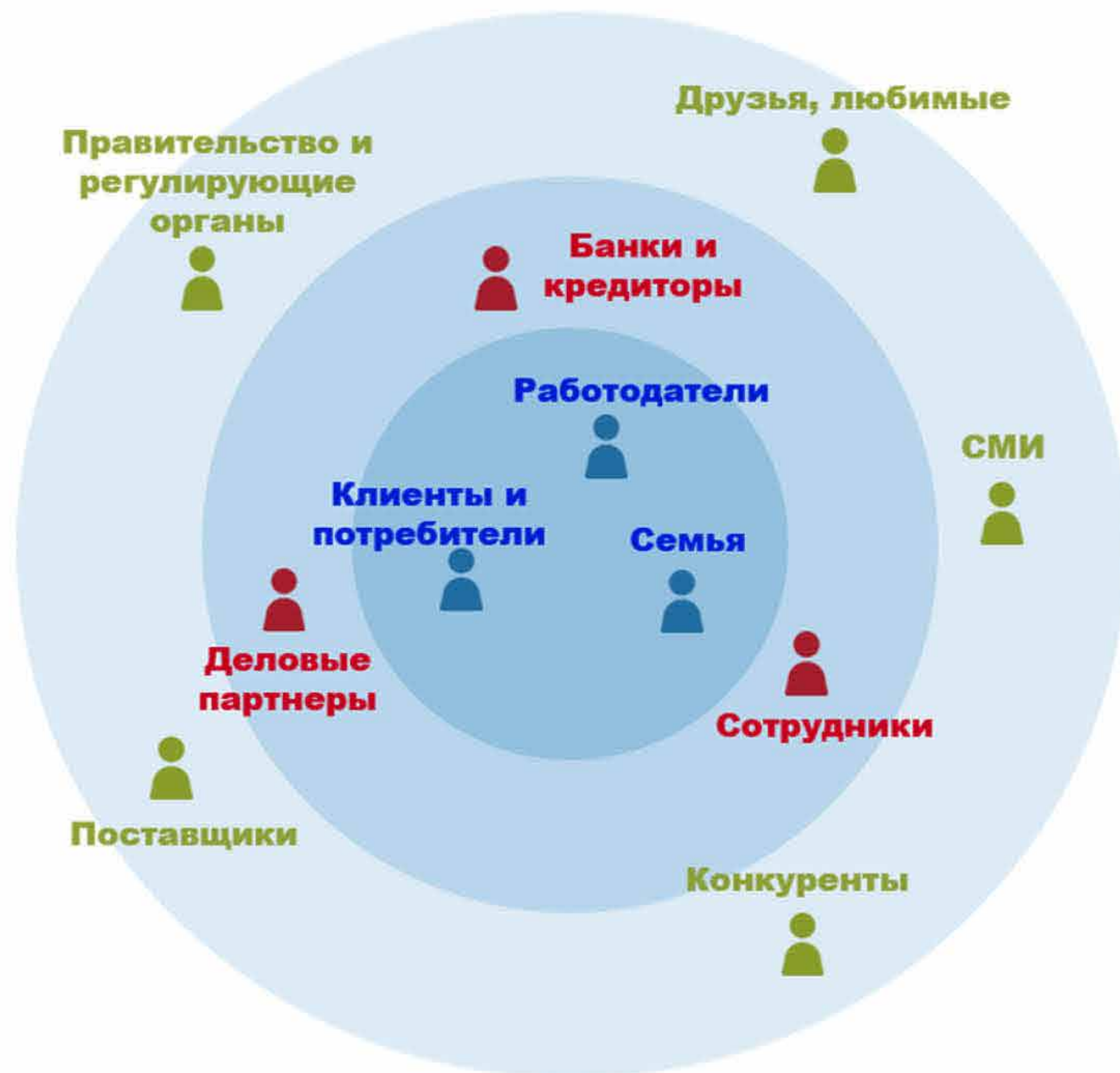




Приложение 5 – Наиболее значимые группы стейкхолдеров

КАРТА СТЕЙКХОЛДЕРОВ

сводная по 4-м группам



Важность и степень влияния целевых групп стейкхолдеров

■ высокая

■ средняя

■ низкая

Приложение 6 – Пример жизненного сценария 1

Я — человек работающий, поколение X.

Мне повезло:

1. Я уже два года работаю удаленно
2. 6 лет назад я сменила специальность (на графический дизайн) и работа приносит мне удовольствие
3. Мои работодатели представляют сферу медицины и косметологии, которая, по идее, не должна сильно обрушиться.

Моя среда обитания — дом, виртуал, общение с родными и друзьями, путешествия, авто.

Источники влияния для меня — близкие, друзья, отдельные профессионалы и, к сожалению, интернет-СМИ. Белый шум пока еще отсекаю плохо, если тема затрагивает эмоционально; возможно, сохранилась на подкорке вера в слова СМИ.

Внутренний мир — тяга к сохранению душевного комфорта, запрос на стабильность, запрос на самореализацию, тяга к сохранению интеллектуального ресурса. Политически отстранена и не вижу смысла в это углубляться (после того, как верила в горбачевскую перестройку и ходила защищать Белый дом)

Боли — страх возможных вооруженных беспорядков, страх фатальной для работы утраты здоровья, страх полной потери работы.

Получаю подпитку от работы, общения с близким и друзьями, животными, на природе, при чтении, в интересном кино.

Трачу кучу энергии на работу, если она не нравится, и на общение с людьми, которые раздражают.

Поэтому в первую очередь постараюсь сделать все, чтобы сохранить то, что имею.

Прекрасно осознаю, что кризис может быть очень глубоким, конкуренция на рынке может быть очень высокой, и дискриминация по возрасту может быть довольно сильной.

Как человек поколения X, уже привыкшего к кризисам, я продумываю возможные сценарии развития событий.

1. Проходит карантин, экономика оказывается в яме, меня не увольняют.

Что я должна сделать, чтобы удержаться на своих позициях и не уступить место конкурентам:

1. освоить работу в дополнительных дизайнерских программах (например, работа с видео, возможно, отрисовка простых мультиков, надо подумать). Естественно, работодателям будет выгодно иметь универсального дизайнера за меньшие деньги.
2. Обязательно отслеживать тренды в дизайне, чтобы не стать старомодной, постоянно учиться чему-то в профессии.
3. Стараться через знакомых выйти на другие рынки со своими предложениями, чтобы обрести новые знакомства.

2. Проходит карантин, экономика в яме, меня увольняют. Что я должна сделать:

1. Через все каналы (друзья, интернет, городская биржа труда) попробовать найти место.
2. Браться за любые заказы.
3. Постараться не психовать.

3. Карантин затягивается, экономика в яме, меня увольняют, по специальности ничего нет, тотальная безработица.

1. Подтянуть свое умение шить, дать объявление, что берусь за шитье,

ремонт и переделку одежды. Наверняка какой-то спрос будет.

2. Предложу подругам делать что-то сообща.

3. Возможно, рассмотрю мысль пойти работать няней, но это маловероятно, не привлекает. Если только жизнь сильно заставит.

4. Рассмотрю вариант подработки по извозу или доставке на машине. Но страшновато.

4. Эпидемия затягивается, экономика сваливается в крутое пике, начинается смута, рост преступности, война и тд.:

1. В этом случае толкового плана действий нет, после того, как я прочла статью о подготовке на случай военных действий, поняла, что точно ничего этого не смогу — ни оружия добыть, ни еды, ни отстоять все это, ни выстрелить.

2. Поэтому в случае полного вооруженного хаоса, наверно, впаду в анабиоз и отдамся на волю провидения.

В любом случае план на время карантина такой: как можно лучше и быстрее выполнять свою работу, в перерывах учиться чему-то дополнительно, общаться больше с друзьями и родными, стараться соблюдать режим, это организует.

Правильно хлопать и нажимать точки на голове, если накатывает паника))

Меньше читать интернет.

После карантина — сделать то, что откладывала, встретиться со всеми друзьями, обязательно сходить на какие-нибудь выставки.

А первым делом сходить узнать про свои таланты, может, еще что-то есть! :-)

Пример жизненного сценария 2 (фрагмент)

Окружение и сценарии 2020-2021

Услуги по дизайну интерьера в турбулентное время

При возрастании роли онлайн услуг и наличии большого количества бесплатного контента в интернете, общем обеднении населения и возрастающей конкуренции

Новые ниши в дизайне, которые нужно изучить

- Спортивное оборудование для дома (занятия спортом - дорожка, тренажер, как минимум место для коврика)
- Умный дом, если он действительно экономит энергию
- Энергосбережение (лампы, теплый пол, расход воды, что еще?)
- Квартиры под сдачу, возможно даже для нескольких жильцов
- Доказательство экологичности материалов
- Быстрые типовые решения (планировки и материалы)
- Озеленение, в том числе вертикальное, мох и т.д.
- Дистанционная работа, клиенты в Европе
- Рынок современного искусства
- Доступный антиквариат

Пути воплощения новых решений: поставщики и партнеры

- Семинары и презентации поставщиков
- Сбор и структурирование информации (где, что, почему), update после выхода из карантина
- Создание базы данных поставщиков по категориям (ценовой сегмент, контактное лицо, доставка, условия)
- Поиск новых поставщиков с быстрым оборотом денег
- Поиск визуализатора и сбор моделей 3д
- Изучение рынка программ с высокой степенью автоматизации (Sketchup, Archicad)

Ресурсы: семья и личная жизнь

- Изучить и найти варианты инвестирования
- Использовать в качестве подушки безопасности общий семейный бюджет
- Сократить число затратных хобби (убрать фитнес, арт-студии, оставить только театральную как энергетическую и творческую подпитку)
- Поиск альтернатив пассивного дохода
- Провести инвентаризацию и использовать домашние запасы: починить мебель, сшить из тканей одежду, избавиться от лишнего
- Способы экономии: поездки к знакомым в Европе, коучсерфинг
- Использовать (в крайнем случае) востребованные умения – Учить математике, рисованию, шить, рисовать на заказ

Маркетинг и каналы сбыта

- Кооперация с риэлторами и девелоперами
- Реклама у блогеров и инфлюэнсеров
- Определить приоритеты своих Social Media, интернет рекламы
- Более качественная реклама на ТВ, и в печатных изданиях - провести анализ или нанять спеца
- Деловые клубы, фитнес центры, косметические салоны – update после карантина
- Платные клиники

Сценарии развития деятельности

Крайне нежелательный Быстрая работа в эконом сегменте	Более благоприятный Ручная работа для премиум- сегмента	Slow down Меньше работать, осознанное потребление
Развитие 3д визуализации	Найти каналы доступа к ЦА upper-middle class (IT, поколения Y и X)	Брать проекты только у знакомых и вести весь проект под личным контролем
Разработка типовых планов и декоративных решений. Выдавать больше за меньшие деньги	Использовать помощь разветвленной высокопрофессиональной сети поставщиков	Сократить пассивы, затратные хобби. Поездки не в отели, а к знакомым, фитнес по ТВ
Подбор бюджетных материалов	Сузить поток до 2 клиентов в год	Преподавательская деятельность
Агрессивная реклама – ИГ, фейсбук, дзен и т.д.	Повысить компетенции в подаче и долгосрочном видении проекта	Не тратить деньги на рекламу
Найм сотрудников	1 помощник	Написание текстов, издать книгу
Создание команды	Надежный подрядчик-строитель	Использовать ресурсы семьи
Работать дистанционно, принимать проекты из регионов	Работать дистанционно, выходить на внешний рынок	Фокус на здоровье и внешний вид

plotnikova_tn С маниакальной настойчивостью все хотят меня чем то занять и развлечь #ОнлайнДосуг из всех источников вкручивает в мой мозг шурупчики из картин по номерам, йоги на английском, списка сериалов всех времён и народов и пошива масок последней модели своими руками 🤖 В какой то момент я даже начала испытывать чувство вины, за то, что не освоила ещё ни один полезный навык, кроме работы на удаленке 😊

Ведь я же правильно поняла, что все это дополнительные опции? В такой ситуации критически важно сохранить голову 😊 #ЗаймитеВашуМать Самое полезное мероприятие по сохранению головы, которое можно провести - это подготовка к тому, что будет после. Подготовка вашего плана действий с учетом меняющейся ситуации.

Я безмерно благодарна Инне Абрамовой @ivabramova и Елене Мальковой @elenamalkova_803 за возможность принять участие в исследовании под названием #ДерзкоеМероприятие это лучшее, что могло сейчас произойти. Ну и ещё подготовку к поступлению во ВГИК никто не отменял поэтому Photo by @vladimir_ludskoi #ЗавтраВБойАЯУставший #КакаяБылаТакаяИМодель #ТарантиноПоНомерам #ДеревоЗнаний

ivabramova Ирина, я искренне рада, что исследование было и интересным, и полезным, и увлекательным! 😊 Спасибо вам за участие! 🙏❤️🌸

plotnikova_tn @ivabramova Инна, это ещё был и очень мощный позитивный заряд, я думаю для всех участников 🙏

2 дней назад

Елена Бархатова

Елена, Инна, ещё раз спасибо за возможность побыть в исследовании! Это действительно расширило видение и понимание ситуации и даёт инструменты для действия и шанс на выстраивание своих путей (даже не буду говорить, что одного пути)... учитывая, что уж слишком все будет неопределенно. Из-за длительности кризиса начинаешь понимать, что, с одной стороны, это неизбежно, с другой стороны, ведь наступит время и через два месяца, и через 6 месяцев, и через 2 года. Вот и надо решить, чем я смогу заниматься... спасибо за такую мощную поддержку!!!

13:34



НАС БЛАГОДАРЯТ!



~Мария

Лена, Инна, присоединяюсь ко всем словам благодарности, вы меня вытащили с кухни 😊, захотелось все разложить по полочкам! Где можно посмотреть подробнее портреты поколений?

16:39

Светлана Блохина

Вы Светлана, спасибо за участие в исследовании и в работе группы! Думаю, что это был по...

Да, это правда. Я даже не ожидала, что получу так много. Потом готова поделиться

17:51

Светлана Блохина

Лена, Инна спасибо огромное за неоценимый опыт

17:45

Альбина Пылаева

Спасибо, Лена и Инна. Какая подача исследования в презентации - весомо, мощно, зримо! Хочется выпрямить спинку, знай наших! 🙌❤️😊

11:23

~Анна Vi...

Не только выпрямить спинку, но ещё и крылья расправить 😊

11:55

~Наталья...

Большое спасибо!

10:41

~Юлия

Лена, Инна, огромное вам спасибо! принимая решение принять участие в этом исследовании я и подумать не могла какой пласт информации мы поднимем в ходе совместной работы. я пока после вчерашнего разговора скорее огорчилась, чем воодушевилась. о, полагаю, это процесс временный и чуть позже я сяду за личный сценарий. Огромное вам спасибо!

0:16

Ольга Гаврилова

Да, Инне и Лене Мальковой большое спасибо за это полезное действие и его результаты, а нашему капитану - за старательность, терпение и умение взять всё на себя. :)

18:17

Приложение 8 – Сферы жизни Человека Работающего

СФЕРА ЖИЗНИ	ЧТО ОТНОСИТСЯ К ЭТОЙ СФЕРЕ
1. Саморазвитие	<ul style="list-style-type: none"> • Обучение и личностное развитие • Работа над собой, самосовершенствование • Достижения • Реализация творческого потенциала, любимое дело
2. Духовность, нравственность, гражданская позиция	<ul style="list-style-type: none"> • Вера • Отношения с Вселенной, Богом • Душевное состояние • Эмоции • Радость жизни (или наоборот) • Свобода Внутренняя гармония • Творчество
3. Работа, карьера и бизнес	<ul style="list-style-type: none"> • Занятость • Работа (место работы) • Карьерный рост • Профессия • Навыки • Профессиональный рост • Удовлетворенность работой • Социальный статус
4. Финансы	<ul style="list-style-type: none"> • Уровень достатка (обеспеченность) • Доходы • Расходы • Накопления (активы и пассивы) • Инвестиции

5. Здоровье и активность	<ul style="list-style-type: none"> • Самочувствие • Бодрость, энергия • Настроение • Внешний вид • Уход за телом • Подвижность • Тренировки • Оздоровительные практики • Прогулки • Спорт • Питание • Режим • Сон • Свободное время
6. Досуг	<ul style="list-style-type: none"> • Путешествия • Развлечения • Отдых • Хобби • Дача
7. Личная жизнь	<ul style="list-style-type: none"> • Любовь • Дружба • Общение • Общие хобби • Традиции
8. Семья	<ul style="list-style-type: none"> • Общение • Любовь • Секс • Дети • Семейные традиции • Семейный досуг • Семейные путешествия • Жилье • Бытовые условия • Комфорт
9. Распространение информации и коммуникации	<ul style="list-style-type: none"> • Распространение информации • Коммуникации и коммуникационные сервисы

УЧАСТНИКИ ИССЛЕДОВАНИЯ

Алеева Елена
Алеева Ольга
Бархатова Елена
Бетретдинова Мариам
Бикчентаева Асия
Благов Дмитрий
Блохина Светлана
Виноградова Анна
Воронина Марина
Гаврилова Ольга
Горбачев Сергей
Губанова Валерия
Губанова Валерия
Губернская Наталья
Журина Лидия
Захарова Лилия
Ивакина Наталья
Иванова Зоя
Искакова Олесия
Колца Анастасия
Костенко Светлана
Лодыгина Юлия

Лучников Максим
Маринич Наталья
Налбандова-Михайличенко Таня
Озмен Юлия
Пахомова Лидия
Перхутко Галина
Плотникова Ирина
Поварова Татьяна
Пылаев Ярослав
Пылаева Альбина
Радичкина Юлия
Рудакова Лариса
Руденко Оксана
Рузаева Елена
Рузаева Елена
Саламова Аида
Синицина Ольга
Соловьева Настя
Ушаков Дмитрий
Черкасова Мария
Шевченко Катя



дизайн и верстка текста – Наталья Ивакина
www.n-ivakina.myportfolio.com
 [nataly_ivakina](https://www.instagram.com/nataly_ivakina)
n-vassa@rambler.ru