

ПОРТФОЛИО

Екатерина
Достовалова

РАЗВИТИЕ | ТВОЕГО | ПОТЕНЦИАЛА

основатель центра лидерства
и управления Up2You, бизнес-тренер,
индивидуальный и командный коуч ICF
с психологическим образованием

“

Цель моей работы – ваш выход на новую ступень возможностей и результатов, как личного так и профессионального характера.

В работе я нацелена **на достижение длительных и стабильных результатов**, использую только доказательные методики, построенные на нейробиологии и психологии человека.

БУДЕМ ЗНАКОМЫ

Екатерина Достовалова

сертифицированный индивидуальный и командный коуч по стандартам ICF уровня PCC;

постоянный спикер/участник образовательных форумов, тренингов, программ дополнительного образования, круглых столов, экспертных подкастов;

создатель авторских курсов дополнительного образования «Алгоритмы успешного человека» и «Мышление лидера»;

член Федерации профессиональных коучей и наставников;

PR-директор группы компаний Faber Group.

бизнес-тренер, консультант;

коуч-практик ФПКиН;

фасилитатор и модератор;

основатель академии лидерства и управления Up2You.

ОБРАЗОВАНИЕ

"NOTHING WILL WORK
UNLESS YOU DO."
MAYA ANGELOU, AUTHOR & POET

магистр экономики, Южный-Уральский
государственный университет;

психолог, Московский финансово-
промышленный университет;

сертифицированный коуч ICF;

коучинг отношений, **CCE ICF Synergy
of Partnership**;

сертифицированный **международный
коуч Level 1 и Level 2 EAC**;

командный коучинг **CCE ICF Erickson
Coaching International**.

*постоянно повышаю квалификацию,
участвую в форумах.

индивидуальный коучинг;
командный коучинг и **стратегические сессии** малого и среднего бизнеса;
регулярное проведение **авторских курсов, групповых коучинговых сессий и мастермайндов**;
спикер-мотиватор.

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ОПЫТ

свыше 500 часов практики

спикер-мотиватор на темы life-менеджмента, лидерства и мотивации, управления командами, управления собой, эмоционального интеллекта, а также soft и self-skills в работе и жизни;

индивидуальные запросы любых направлений в формате коучинга или наставничества;

стратегические сессии;

командный коучинг;

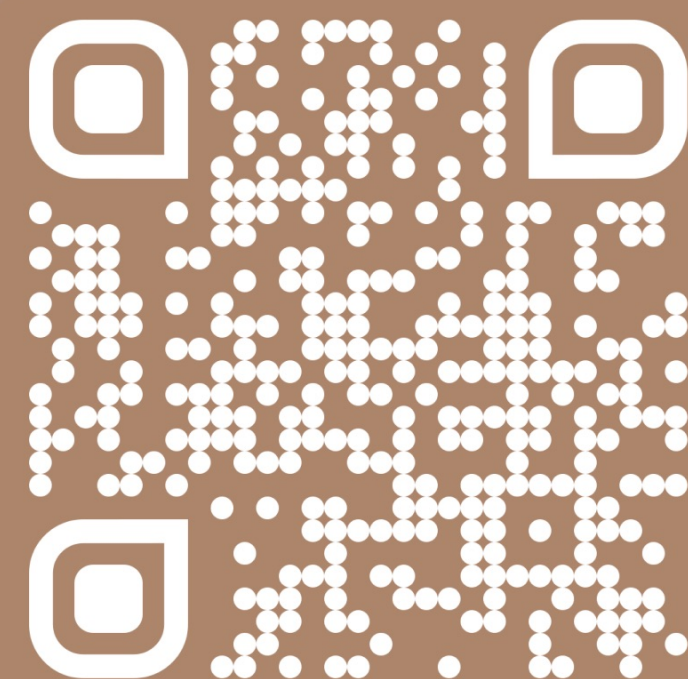
групповой коучинг;

executive coaching;

бизнес-коучинг;

мастермайнд;

мак-игры.



**НАПРАВЛЕНИЯ
РАБОТЫ**

“

Я четко понимаю свою цель и шаги, которые мне необходимо совершить на пути к ней.

Сейчас я вижу себя как человека, который часто застревает в деталях, теряется в мелочах и теряет из виду общую картину.

Я очень самокритична (возможно, даже слишком). Это мешает мне радоваться успехам и заставляет постоянно сомневаться в себе. Ещё я понимаю, что мне нужно больше доверия к себе и своим способностям.

И что важно уметь говорить «нет», чтобы не перегружать себя (эмоционально и физически). Это то, над чем я сейчас активно работаю.

В общем, я в процессе самопознания, и это очень интересно.

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

после коучинговых сессий

Впервые участвовала в вебинаре, и у меня не было ожиданий от этого мероприятия.

Но уже в процессе я очень воодушевилась: мне понравилась подача информации, потому что я тяжело воспринимаю скучные монотонные лекции, а тут была так хорошо и грамотно выстроена речь, что мне было безумно интересно слушать.

Понравился живой диалог участников вебинара в чате, делились мнениями, были шуточки, была возможность высказаться. И я словила эффект вау, такое открытие от новой для себя информации.

Было потом некое послевкусие заряженности, замотивированности после вебинара поскорее применить то, что я узнала.

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

после вебинаров

“

Сегодня мастермайнд был прям пушка, такой формат очень окрыляет! Мне очень понравилось, потому что иногда хочется посмотреть на свою ситуацию под другим углом, под призмой опыта других людей. Слушаешь и понимаешь, что оказывается ты не один такой, есть отклик на ситуации других.

Ты возвращаешься куда-то в прошлое, чтобы вспомнить «а что я делала в похожей ситуации и что мне помогло».

И самое главное, что эти рекомендации позитивные, ты не выключаешь камеру с каким-то грузом на душе. Ты помог другим и другие помогли тебе!

Это крутой обмен, где каждый для себя остался в огромном плюсе.

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

после мастермайнда

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

после командного тренинга

“

Особую благодарность хочу выразить
Екатерине Достоваловой!

Екатерина не понаслышке знает, кто такой врач,
понимает специфику работы и ту роль, которую
врачи выполняют. Именно поэтому ей удалось
максимально комфортно и точно раскрыть тему
профессионального выгорания.

Екатерина не просто рассказала о проблеме,
но и дала конкретные, действенные инструменты,
с которыми наши врачи теперь могут работать,
чтобы сохранить свое психологическое здоровье
и оставаться эффективными в своей работе.

Опираясь на обратную связь самих участников,
я понимаю что мы выбрали, правильную тему
и правильного лектора.



КОНТАКТЫ ДЛЯ СВЯЗИ

ответчу на интересующие вопросы

Тел.: +7 (912) 630-13-20

ТГ: @up2you_ed



ВК



ТГ