



MARGARITA GOKUN SILVER
Коучер, создательница Global Coach Center

Be brand! Мы не просто так используем этот красивый лозунг в нашем Шоу! Быть брендом можно и даже нужно! И становиться им лучше при жизни, не дожидаясь заслуженной славы и облицованного мрамором памятника от потомков и внуков. Хотите быть брендом? Отправляйтесь к тренеру! Или, как сейчас это принято называть, к коучеру!

Наша сегодняшняя гостья – Маргарита Гокун Сильвер, коучер, писательница, и, как вы уже догадались, супруга Кита Сильвера. Маргарита уже давно уехала из России, но сохранила знание русского языка, а также желание сделать людей лучше. Как? Давайте спросим у нее!

Маргарита, что же случилось с нашим миром? Людей охватила идея самосовершенствования, поэтому тренинги и коучинг стали так популярны?

Я не могу говорить про всех, но я знаю, что люди так устроены, что они всегда стремятся к лучшему, к совершенству. Мы родились в этой вселенной, чтобы стать чем-то совершенным. И поэтому все, что мы делаем в этой жизни, направлено на достижение этого неуловимого совершенства. Каждый день мы встаем, что-то делаем, а к вечеру оглядываемся и понимаем, что не стали ближе к своему идеалу, мечте. Я думаю, популярность коучинга возникла из-за того, что люди поняли, что делают что-то не так.

Есть мнение, что на современного человека общество влияет меньше, чем раньше. Теперь мы стали часто повторять фразу: «я выбираю себя». Уверена на 100%, что пришла она именно с Запада. В США выбирают себя?

В Америке всегда все было очень индивидуально. Для меня эта фраза «выбираю себя» означает, что если мне хорошо, то тебе тоже будет хорошо. Вместо того, чтобы жертвовать собой, давайте все будем счастливы, здоровы и тогда нам всем будет хорошо. Заменяя жертву своим совершенством, я выбираю себя. Пример! Вы идете к врачу, и если ваш врач болен, то он вылечит вас гораздо хуже, чем если бы он был здоров и счастлив.

Многие россияне видят в коучинге и в тренингах личностного роста эгоизм. Есть же разница между американским менталитетом и российским. Почему мы так отличаемся?

В Америке люди стали «выбирать себя» тоже сравнительно недавно. Индивидуализм там был немножко в другом понимании. В СССР нужно было все делать на общее благо, а в Америке моя карьера – моя карьера, мое становление в обществе – мое становление в обществе. Так было всегда, но вот это понимание «мне хорошо и тебе хорошо» – это произошло недавно. Мне кажется, что с начала 90-х годов, тогда сознание людей начало меняться. Все началось, как обычно, с Калифорнии. Считается, что психотерапевт Томас Леонард был основоположником коучинга. Он создал свою собственную организацию Coachville. В Америке есть две главные организации коучинга – International Coach Federation и Coachville.

Как вы сами пришли в коучинг, вы занимались психологией?

Нет, я работала в communications, pr и когда мы начали ездить с мужем по странам, приехали в Аргентину, я не смогла найти себе там работу. Экономика падала, и я решила, что мне надо брать «с собой» какую-то профессию. А когда ты чего-то хочешь, оно к тебе придет. Закон называется Law of Attraction. И вскоре я познакоми-

лась с девочкой – life коучером. Так все и началось, потом я прошла обучение в Америке, и с тех пор я занимаюсь коучингом.

Откройте таинственную завесу: что же происходит с человеком после того, как он воспользовался услугами коучера?

Может быть, у меня не очень объективный взгляд, но я считаю, что каждому человеку необходим коучинг. Потому что я знаю, что это сделало для меня, для моих клиентов, это очень продвигает вперед, люди меняются на глазах. Как будто включили лампочку в голове.

А что в них меняется?

Не могу сказать, что конкретно. Но ты видишь человека и понимаешь, что он изменился. Он стал более сильным... Powerful – мощным. Это значит иметь способности и возможности сильные, большие, объемные. Человек обретает согласие с собой, со своей внутренней мудростью. С возрастом мы очень быстро теряем свою внутреннюю мудрость. Наслаивается много всего из окружающего мира. Когда человек возвращается обратно к своей внутренней мудрости, это очень заметно со стороны.

Приходилось слышать мнение, что никакие тренинги не могут заменить человеку его собственного жизненного опыта, пусть даже в нем были ошибки. Говорят, что человеку лучше самому приходить к каким-то выводам. Тренинги – это, так сказать, механический способ изменения человека.

Но коучинг и основывается на своем личном опыте. Когда вы приходите к коучеру, он вам не говорит, что надо делать. У него есть определенные инструменты и приемы, которыми он помогает вам обратиться к вашему собственному опыту и мудрости. Есть очень хорошее выражение: «качество человеческой жизни зависит от качества вопросов». То же самое в коучинге. Качество коучинга зависит от вопросов, которые задает тренер, коуч. Потому что в конце концов ты сам добираться до ответов. В чем разница между консультированием и коучингом? Консультирование – это когда тебе говорят: чтобы заработал компьютер надо сделать это, это и вот это. И все заработает! Коучинг – это когда к тебе приходит человек и говорит: «Вот я хочу лучше жить». И я не могу сказать, как ему лучше жить, потому что моя жизнь – это моя жизнь, а его жизнь – это его жизнь. То, чем мы занимаемся – мы узнаем, ЧТО для него ХОРОШАЯ ЖИЗНЬ, и как он ее может добиться, идя своей дорогой. Нет никаких готовых рецептов.

То есть коучер не дает советов, не копается в детских воспоминаниях человека?

Никаких советов! Если коуч обучен правильно, сертифицирован, тогда мы говорим о настоящем коучинге. Существует миллион разных школ. Я часто вижу в газетах объявления о коучинге, но

большинство тренеров даже не учились ему. Они получили психологическое образование, но решили использовать это модное слово. Ценность настоящего коучинга люди понимают очень быстро. Обычно, когда меня нанимают, я сначала встречаюсь в первый раз просто так и немножко им показываю, что такое коучинг. Все понимают ценность этого.

В Америке многие люди прибегают к коучингу? И кто чаще – бизнесмены или «обычные люди»?

Да, многие. По-разному. Некоторые компании для высших руководителей берут коучинг и платят из своего кармана. Студенты и даже пенсионеры берут себе коуча.

Любопытно, какая цель у пенсионеров?

Человек вышел на пенсию, у него много свободного времени, которое он хочет чем-то занять. Найти себя в чем-то новом.

А что, по-вашему, мешает людям самим услышать себя и определиться, что делать?

Да ничего не мешает. Подумайте, насколько было бы легко знаменитому футболисту стать знаменитым футболистом, не имея хорошего тренера? Если вы посмотрите на всех знаменитых спортсменов мира – теннисистов, футболистов, гимнастов, кого угодно, они все достигли высоких результатов, но у них все равно есть тренер, чтобы они играли лучше! Одному человеку добиться чего-то можно, но есть моменты, когда нужна помощь. По-английски это называется «пинок в попу». В коучинге мы верим, что каждый человек имеет все необходимые для него ресурсы – от природы мы все креативные, цельные и полны ресурсов. Все. Но некоторым нужен пинок в попу.

К чему обычно стремятся люди при помощи коучинга?

У каждого человека свои ценности в жизни. И совсем не плохо говорить, что у кого-то смысл в жизни – стать богатым. Это его ценность. Люди часто осуждают чужие ценности. Вот, например, ценность быть знаменитым или богатым. Некоторые осуждают это, но, опять же, со своей точки зрения. Но только когда мы живем своими ценностями, мы становимся людьми, которыми мы хотим быть. Мы становимся счастливыми. Вот, например, у меня ценность быть богатой, знаменитой, очень успешной и чтобы все мне говорили «молодец!». Как мне этого достичь? Может быть, я буду актрисой в Голливуде, может, я стану продюсером, директором компании Microsoft. Если у меня ценности – семья, дети, красивый дом, может, я вообще работать не буду. Вот не хочу и все! И это меня наполняет. Я могу поговорить с вами полчаса и написать вам ваш набор ценностей.

А не срастаться это может? Например, моя ценность – это деньги, но у меня их нет. Или известность, а известности нет.

Дело в том, что когда вы четко знаете свои ценности, а люди их часто не знают, вы начинаете работать для того, чтобы их достичь.

А если я захочу, например, стать президентом России, это же не значит, что я им стану?

Если у вас есть такая мечта, то к ней нужно стремиться и идти, правда? Вам не обещают, что вы станете президентом, но если это действительно ваше искреннее желание, и вы совершаете к нему какие-то шаги, вы будете счастливым человеком! Потому что вы начинаете наполнять этот стакан ценностей. И идея в том, чтобы постоянно наполнять его. Однако, парадокс в том, что он всегда становится больше. Всегда возможно быть больше, выше, лучше.

Получается, что самосовершенствование – лучшая цель, потому что денег в какой-то момент может хватить, машину можно купить, детей завести. А самосовершенствоваться можно всю жизнь?

Совершенствование – это не вещь, это больше о чувствах. У нас у всех есть внутренняя мудрость и если спросить, – она

будет с нами разговаривать. И все говорят, вот я буду другим человеком, если я буду иметь квартиру, машину, двух детей, собаку. И вот люди приходят к этому, садятся и... боже мой! Я совсем не счастливый человек! Я считал, что я этого хочу! И вот очень многие так ошибаются, потому что они не догадываются заглянуть глубже и сообразить, а что действительно-то дорого! Может, ты хотел всю жизнь, но не догадывался об этом, стать писателем. Человеческая жизнь – огромное количество «тоннелей». Коучинг – это тоже огромное количество тоннелей. Вот ко мне приходит человек, с которым мы движемся в одну сторону, а потом резко поворачиваем совершенно в другую и так далее. Бывает, конечно, что некоторые ценности, цели «скрещиваются», объединяются. С кем-то мы написали 20 ценностей, с кем-то другим 8, дальше идет доработка.

А если говорить о коучинге применительно к нашей теме – брендам, есть люди, для которых бренды становятся смыслом жизни. К вам приходят такие люди? Они считают, что окружив себя известными брендами, достигли чего-то в жизни и состоялись...

Вы знаете, такие вещи более распространены в России, чем в Америке. Таких российских клиентов у меня еще не было, но мне бы хотелось с ними поработать. Это был бы интересный слой людей, который еще что-то в себе ищет.


Мы часто используем понятие человек-бренд. Насколько оно имеет право на существование?

Когда вы хотите стать брендом, вам нужно задуматься, а что вы можете предложить тем людям, которые вас покупают – я имею в виду, когда вы идете устраиваться на работу. В большинстве случаев люди хотят быть брендами для того, чтобы продвинуться в карьере. Для того, чтобы узнать, что вы можете предложить, вам нужно узнать, из чего вы состоите. Каковы ваши таланты, в чем есть ваша страсть, потому что страсть очень важна. Человек становится брендом, когда он узнает все это о себе, и в дополнение он может это корректно преподать. Люди забудут о том, что вы сказали, что сделали, но они никогда не забудут, какое вы на них произвели впечатление. Как вы преподнесите себя – это часть вашего бренда. Неприятно, когда люди говорят за вашей спиной, но как бренд вы можете контролировать, ЧТО они говорят. Вы так себя преподнесите, что они говорят за вашей спиной только то, что вы хотите.

И это работает?

Да, конечно, но только если вы не играете. Тут не игра должна быть, а ваше собственное начало. Мы играем очень много в нашей жизни, у нас много актерских талантов. Мы даже сами этого не знаем. Только настоящее действительно передается в вашей энергии, и вы станете брендом. Потому что, в отличие от того же автомобиля или мотоцикла, человек – живое существо и от него всегда исходит нечто, особая энергия. Я думаю, что при желании из любого человека можно сделать бренд.

Да, вы нас заинтриговали! В голове осталась еще куча вопросов, но все они точно не поместятся на страницах журнала. Ответьте на главный вопрос – что такое бренд?

Что-то, что предлагает мне какую-то ценность. Вот, скажем Tiffany, что это такое для меня? Для меня это красота, это элегантность, это входит в мою ценность красоты. Бренд – это то, что дополняет какую-то мою ценность, поэтому я его покупаю. Этих ценностей может быть много и для каждой – свой бренд! 

Если теперь тема коучинга не дает вам покоя, дважды кликните сюда: www.GlobalCoachCenter.com