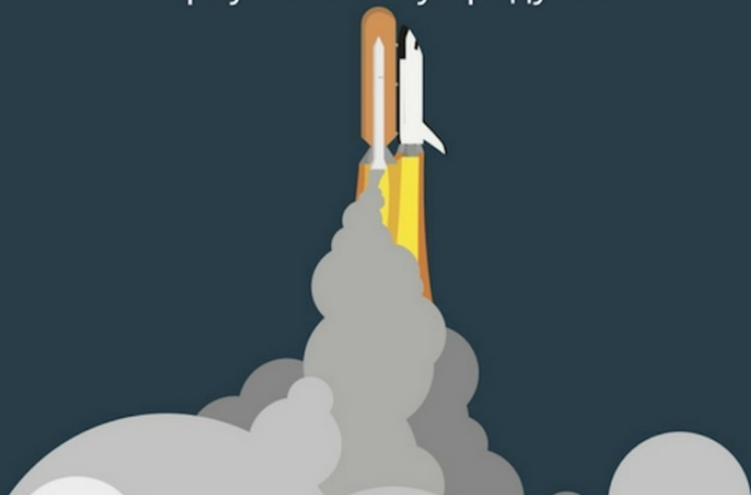


Александр Давыдов

Тренерский Старт ^{VIP}

Как стать профессиональным
тренером и запустить свою
первую линейку продуктов



Александр Давыдов
Тренерский Старт. Как
стать профессиональным
тренером и запустить свою
первую линейку продуктов

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=22817784
ISBN 9785448370731*

Аннотация

Эта книга для тех, кто подумывает стать тренером, но кому не хватает для этого знаний и/или смелости. И то, и другое в книге будет. Эта книга для тех, кто уже начал свою дорогу в профессии, но не чувствует себя в ней уверенно, и кому важно получить знания и поддержку, обретя почву под ногами. Книга даст четкую инструкцию для действий – коротко, сжато, без воды и излишней мотивации. Прочитали – внедрили – получили результат. Все по делу.

Содержание

О чем и для кого эта книга?	5
Книга первая.	7
Кто автор?	7
Часть 1. Краткая идеология тренерства	9
Глава 1. Что такое тренинг (и чем это отличается от других видов работы с людьми)?	11
Глава 2. Пять причин, зачем тренером становится	15
Глава 3. Четыре уровня тренерского полета	18
Конец ознакомительного фрагмента.	23

Тренерский Старт
Как стать
профессиональным
тренером и запустить свою
первую линейку продуктов
Александр Давыдов

© Александр Давыдов, 2017

ISBN 978-5-4483-7073-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

О чем и для кого эта книга?

Эта книга для тех, кому не работается в теплом уютном офисе на такой же «теплой» работе, кому хочется помочь другим людям изменить что-то в своей жизни, или же просто научить их полезным навыкам и передать важные знания; тем, кому уже 200 раз сказали знакомые и друзья «ты же столько знаешь и умеешь, почему не учишь других?», тем, для кого важно учить и тренировать, делая это не только ради денег и статуса, но еще и ради чего-то, что отзывается внутри, ради ощущения радости и удовлетворения от хорошо сделанной работы и от результатов участников.

Быть может, вы станете профессиональным тренером и будете в этой профессии долгие годы, а возможно, вы просто будете иногда проводить консультации и разовые мастер-классы, не делая это основным занятием в жизни, или вы уже в профессии, но хотите от нее чего-то большего.

Эта книга чуть затронет идеологию профессии (подробно об этом в книге «Профессия-Тренер»), она больше про практику.

- как начать свой путь в тренерстве, грамотно выбрав тему для работы
- как собрать свой первый мастер-класс или вебинар, даже если вас сейчас никто не знает
- как получить первые деньги с продаж на этом ма-

стер-классе

– и куда двигаться дальше

Вспомните свой первый полет на самолете – ваши ощущения от того, когда он начал разгоняться по взлетной полосе, как оторвался от земли и устремился в синее высокое небо, как земля осталась далеко позади. Помните?

Эта книга поможет вам совершить его в тренерстве – шаг за шагом – подготовиться к полету, выбрать маршрут, набрать скорость, успешно взлететь, и удачно добраться до своего первого пункта назначения.

В книге есть задания на внедрения, которые я очень рекомендую вам делать сразу после прочтения главы – тогда книга из «любопытного чтения» превратится для вас в пошаговую и максимально практическую инструкцию.

Готовы? Тогда пристегнитесь и начинаем!

P.S. Важное дополнение.

Книга состоит из двух частей, которые объединены в один последовательный текст, где сначала идет «Тренерский Старт Lite», а потом «Тренерский Старт VIP». Изучите внимательно оглавление, чтобы сразу перейти к интересующей и актуальной для вас части книги.

Книга первая. Тренерский Старт Lite

Кто автор?

Веду тренинги и семинары с 2006 года – сначала в тренинговом центре «Синтон», который стал моей школой в профессии, затем в рамках моих собственных образовательных проектов – тренинг-центра «Вершина» (2007—2013) и Образовательного Проекта DA (с 2014 года).

Больше 8 лет обучаю тренеров – как начинающих, так и опытных – созданию и ведению тренингов, тому, как быть живым и осознанным в профессии, и технологиям продвижения программ.

Веду программы сразу в нескольких направлениях:

Тренинги для женщин (проект «Женщина-Королева»)

Программы для мужчин (проект «Мужчина. Путь Мастера»)

Личностные программы (проект «Территория Жизни»)

Обучающие программы для тренеров (проект «Школа Тренерского Мастерства»)

Пишу книги (на момент написания этой книги их пока 4), консультирую и веду коучинг-программы, путешествую, живу с семьей между Москвой и Черногорией.

Сайт Образовательного Проекта DA [битая ссылка] <http://daproject.pro/>

Мой личный блог – [битая ссылка] <http://alexdavydov.pro>

Сайт Школы Тренерского Мастерства – [битая ссылка]
<http://tmschool.pro>

Страница в Контакте – [битая ссылка] <http://vk.com/alexdavydov.pro>

Страница на Facebook —[битая ссылка] <http://facebook.com/alexdavydovpro>

Youtube канал

[битая ссылка] <https://www.youtube.com/c/AleksandrDavydovpro>

Часть 1. Краткая идеология тренерства

Представьте, что вы хотите купить (или построить) свой собственный самолет (и у вас есть на это деньги). Вы сможете лететь на нем куда угодно в любое время дня и ночи, чувствуя полную свободу в перемещениях и радость от открытия новых мест в огромном и удивительном мире.

Представили? Каким будет ваш самолет?

небольшим и винтовым, в который поместитесь только вы?

бизнес-самолетом в кожаными креслами и коктейль-баром, в котором сможет лететь вся ваша семья и друзья?

или огромным Боингом, который способен преодолевать большие расстояния и пересекать половину мира за один заход?

В реальной жизни, чтобы купить самолет и отправиться на нем в самостоятельное путешествие, вам потребуется долго учиться, получить кучу различных разрешений и сдать медицинские анализы. Но если мы совместим этот образ с тренерством, то увидим массу совпадений и похожих моментов, и именно поэтому я дальше буду приводить само-

лет и полеты на нем в качестве метафоры тренерской работы и продвижения.

И в тренерстве, и в полете есть удовольствие от процесса (ведение группы), и успешного прибытия в конечный пункт (результатов участников), есть ответственность за сам процесс (за жизнь пассажиров) и могут встречаться досадные ошибки и аварии, к счастью, не такие катастрофические, как в настоящей авиации. И главное, что объединяет полеты на самолетах и работу тренера – это то, что штурвал всегда в ваших руках, а значит, куда вы захотите, туда ваш лайнер и отправится.

Но прежде, чем отправиться в полет (тренерство), стоит понять, куда и зачем лететь, чем и займемся в этой части книги.

Глава 1. Что такое тренинг (и чем это отличается от других видов работы с людьми)?

Этот вопрос вас, возможно, удивит (особенно, если вы уже что-то ведете).

Что такое тренинг? Достаточно зайти на Самопознание и увидеть сотни программ под названием «тренинг»!

Тем не менее, я на этот вопрос отвечу, потому, что под словом «тренинг» сейчас стали иметь в виду практически все, что касается психологической и обучающей работы с людьми.

Само понятие «тренинг» (как и коучинг, терапия, психоанализ и другие формы работы с людьми) пришло с Запада, но при переносе на отечественную почву претерпело массу изменений и сильно вышло за рамки того, чем являлось по сути.

Вдумайтесь в само слово «тренинг». От него легко сделать производную «тренировка» – то есть, на тренинге участники тренируются – новым навыкам, новым моделям поведения, получая необходимые для этого знания. Это как с телом – заметил лишний вес и почувствовал потерю физической фор-

мы – пошел в спортзал заниматься с тренером и эту форму себе возвращать. Тот же принцип и здесь.

На тренинге мы тренируем участников, а они тренируются – навыкам общения с мужчинами, уверенному выступлению перед аудиторией или продажам в B2B.

Но вся сложность в том, что формат «тренинг» стал практически универсальным. Тренингами пытаются трансформировать людей лично и духовно, на них прорабатывают глубокие травматические ситуации и проходят «через родовые каналы», меняют систему жизненных ценностей и духовно светлеют прямо на глазах.

И ведущий тренинга в глазах многих превратился из инструктора и, собственно, тренера, в гуру и духовно-личностного учителя, а тренинг стал панацеей от всех проблем.

Когда в это верят неосведомленные участники – еще победы. Но когда сами тренеры начинают верить в свою всемогущество, начинаются проблемы (как у участников, так и у самих тренеров).

Суть нашей с вами работы, коллега – натренировать участника по его запросу определенным навыкам, умениям и технологиям, выдав ему при этом необходимый объем информации. И это все.

Проводить глубокую работу с его системой ценностей, помогать ему излечить душевные травмы или духовно трансформироваться – это задача индивидуальных консультаций, терапевтических сессий, коучинговой работы или духовных ретритов, но к самому понятию «тренинг» прямо не относится – хотя бы потому, что в формате групповой работы (с достаточно ограниченным временем на каждого участника мы просто не успеем это сделать). И может получиться как в детстве у пытливых и любознательных детей – разобрали телевизор (пока родителей нет дома), а вот собрать уже не получилось никак.

Поэтому предлагаю ограничить нашу деятельность на тренингах одной фразой:

«Я тренер, я тренирую...», а дальше подставить через запятую то, чему вы хотите тренировать ваших участников.

Домашнее задание.

Напишите, чему вы тренируете (или хотите тренировать) людей. Пока пишите все, что приходит в голову – в формате «мозгового штурма», без оценки и критики. Эти ответы помогут вам в следующих главах книги.

P.S. Если вдруг идея «тренировать» людей кажется вам

смелкой и не соответствующей размаху вашего запроса, если вы хотите трансформировать жизни, излечивать раненую душу или поднимать вибрации участников, то это тоже возможно... в формате коучинга, наставничества, тьюторства, духовного учительства и других форматов личностного роста и развития.

Но на тренингах... мы тренируем.

Глава 2. Пять причин, зачем тренером становится

Первую причину стать тренером я уже описал в прошлой главе – высокий статус этой профессии в глазах людей, занимающихся личностным ростом, или просто работающих на нелюбимой работе и живущих обычной жизнью.

Тренер (особенно выбравший крутые и серьезные темы вроде «осознанности» или «женского счастья») становится в их глазах особым человеком, продвинутым во всех смыслах, и автоматически личностно более развитым. Одной этой причины достаточно, чтобы в профессию пойти (или хотя бы зайти).

Вторая причина – деньги.

Успешные тренеры хорошо зарабатывают, у них высокие гонорары, их время расписано (а значит, ценно). Многие считают доходы тренеров очень просто – умножают стоимость тренинга (например, того, на который пошли сами) на количество участников и получают приличную сумму. А если таких две программы в месяц? А каждый месяц?? Все, иду!

И действительно, тренеры 1—2 категорий (о категориях в следующей главе) зарабатывают очень хорошие деньги на регулярной основе.

Рынок тренингов довольно сильно заполнен, но количество людей, которые на эти самые тренинги ходит, очень мало (4—5 процентов от общего количества населения), поэтому ему есть куда расширяться, и на нем есть где заработать.

Третья причина – свобода.

Возможность работать из любой точки мира (с ноутбуком на пляже или со смартфоном на вершине горы, например), свободно перемещаться, организовывать свои программы там, где вы хотите их провести – это очень мощный бонус к профессии (и вообще к самой жизни).

Четвертая причина – возможность заодно разобраться со своими сложностями, проблемами и запросами (как в анекдоте – «пока вам объяснял, сам все понял»).

Пятый повод в тренерство пойти – желание поделиться знаниями, которые вас наполняют (и даже переполняют), ценным и полезным для людей опытом, своими умениями и талантами. желание сделать тренерство средством своей реализации – социальной и внутренней. Мощный мотив, идущий изнутри – его одного уже может хватить для быстрого старта в этой сфере.

И шестая причина, которую часто ставят первой – это «я хочу людям помогать». Благодородная и красивая фраза, за ко-

торой чаще всего кроются гораздо более земные и понятные мотивы – те же деньги, статус, свобода и потребность реализовать свои таланты и умения. Этот мотив может присутствовать в вашем желании тренером стать, но если вы считаете его главным, то либо вы уже духовно просветленный человек, либо вы... лукавите :)

Подробнее об этом рассказываю в своей книге «Профессия-Тренер».

А пока вам *домашнее задание*:

Выпишите свои мотивы в тренерство идти, и расставьте их в списке приоритетов. Постарайтесь прописывать их максимально конкретно – если деньги, то сколько в месяц, если статус, то какой и в каких кругах. Не ограничивайтесь общими словами, и эта работа поможет вам прояснить вашу мотивацию в тренерстве, и выстроить ваше продвижение более грамотно.

Глава 3. Четыре уровня тренерского полета

Самолеты (и маршруты, по которым они летают), могут быть очень разными – от маленького душного «кукурузника», везущего 10 человек, 4 овцы и 1 барана из одного африканского городка в другой, до огромного Аэробуса или Боинга, преодолевающего расстояние от Сингапура до Нью Йорка без пересадок. Чем больше и мощнее самолет, тем выше и дальше он летает. Так же и в тренерстве.

Давайте рассмотрим эти уровни полета по двум параметрам – деньги и мастерство. К сожалению, они не пропорциональны (мастер может не иметь много денег, а не особо грамотный, но хорошо пропиаренный тренер вполне может).

Начнем с денег, и пройдем по уровням сверху.

На самом верху летают тренеры-суперзвезды.

Николай Козлов, Андрей Парабеллум, Радислав Гандаспас – люди, зарабатывающие десятки миллионов рублей, широко признанные эксперты, выступающие в СМИ и на ТВ, авторы своих книг и множества статей.

Высота их полета завораживает и может вызывать зависть (как их статус и доходы).

Выбраться на этот уровень теоретически можно, но шанс очень мал – примерно, как сорвать джекпот в лотерею.

Второй эшелон тренерского полета – тренеры-звезды.

Заработки здесь измеряются в миллионах, статус и известность так же присутствуют, но по сравнению с суперзвездами они котируются чуть ниже.

Мила Туманова, Ольга Валяева, Павел Раков в женской нише, Антон Бритва в мужской, Сергей Азимов в продажах... список можно продолжать дальше.

На этот уровень выйти уже гораздо реальнее, но выход займет немало времени и денег (на обучение, на продвижение и на формирование бренда).

Третий эшелон – просто тренеры.

Здесь летает большая часть представленных на рынке специалистов.

Доходы здесь могут составлять 100—200—300 тысяч в месяц, известность достаточно локальная, но статус эксперта уже присутствует. Выйти на этот уровень более чем реально, при условии, что у вас есть достаточно знаний и опыта, вы готовы учиться и вкладываться в свое обучение и рост. Эта книга может вам помочь в движении в эту сторону.

И четвертый эшелон – дискретные тренеры.

Дискретные они потому, что они вроде как есть, а на са-

мом деле их еще почти и нет. Доходы здесь нерегулярные и часто небольшие, 100 000 в месяц является не самой легко достижимой планкой для многих.

Тут летают либо начинающие тренеры, которые только делают первые шаги в профессии, и которых никто не знает, либо тренеры-любители, которые занимаются этим «для души», время от времени, в свободное от основной деятельности время, либо тренеры, которым не хватило знаний, опыта и личных качеств, для того, чтобы выйти на третий уровень.

В любом случае, ваш тренерский старт начнется именно с этого денежного уровня – вопрос только в том, останетесь ли вы на нем, или двинетесь дальше (об этом я рассказываю во второй части этой книги – Тренерский Старт VIP).

Оценив денежные уровни, давайте взглянем на уровни по мастерству. И как я уже говорил, они не всегда совпадают с количеством денег. Считается, что мастерство и профессионализм гарантированно хорошо оплачивается. Так действительно случается часто, но не всегда. Порой качественно выстроенная пиар компания, «вкусные» названия и обещания в продуктах приносят гораздо больше денег, чем глубокие и профессиональные программы, такой «упаковки» не имеющие.

Но совместить эти два уровня вы точно сможете.

Давайте пройдем по ним снизу вверх.

На первом уровне мастерства находятся тренеры-любители.

Это либо совсем начинающие тренеры, не обладающие опытом ведения групп, создания эффективных программ и доведения участников до результата, либо тренеры-самоучки, вообще не проходившие никакого обучения (например, пришедшие из инфобизнеса). Желание вести и обучать у них присутствует, а вот всего остального точно недостает.

Кто-то двигается с этого уровня дальше и выше, проходя обучение и активно практикуясь, кто-то просто переходит в режим «тренер по выходным», ведя мастер-классы и вебинары просто «для души», а кто-то гордо вешает на себя табличку «опытный тренер-коуч», ворует чужую программу, и, совершенно не стесняясь, ведет «как Бог на душу положит».

– студентки второго курса психфака, вдруг решившие, что они могут научить женщин счастливым отношениям и вечной женственности

– женщины, прошедшие много эзотерических программ (в роли участниц), и назвавшие себя ведущими духовных и энергетических практик

– мужчины, основавшие небольшой интернет-магазин, и превратившиеся в «практиков интернет-бизнеса»

На этом уровне живет и работает много интересных и любопытных людей – уверен, вы таких встречали и продолжаете встречать.

Уверен, что у вас действительно есть то, что можно передать другим людям, чему научить и натренировать на своих программах. И мы с вами тогда пойдем дальше.

На второй уровень мастерства тренер выходит после обучения и получения опыта ведения. Назвать его профессионалом пока рано, но качественные программы проводить он уже может. Главное, чего не хватает – это большого количества практики ведения, и дальнейшего обучения в выбранной теме.

Если это все присутствует, и тренер учится и развивается, то по прошествии энного количества лет он переходит на третий уровень и становится профессионалом. 7—10 (и больше) лет плотного ведения своих программ, с параллельным обучением и повышением квалификации, получением супервизии на свою работу сделают вас тренером-профессионалом, качество программ которого не вызывает сомнения.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.