

**WORK-LIFE BALANCE:
РАЦИО, ЭМОЦИИ И
СОЦИАЛЬНО ОДОБРЯЕМЫЕ
СТАНДАРТЫ**

КАК НАЙТИ СВОЙ ПУТЬ

Ольга Куликова



Соучредитель Articul Media

Одно из лучших digital агентств на протяжении 17 лет
10 премий Рунета и 3 Webby Awards
более 150 наград международных и российских фестивалей
рекламы

Sochi2014

Соучредитель «Энерджи Фуд Рус»

Лучший фуд-стартап по версии PepsiCo

Победитель конкурса E&Y «Деловые женщины 2016»

в номинации Реклама и маркетинг

Финалист международного конкурса «Предприниматель года»

ВШЭ «Психоанализ и бизнес-консультирование»

Непрофессиональные достижения: две дочери: 16 и 14 лет

«Хотите работать на позиции Руководителя Направления по развитию цифровых компетенций в одном из блоков ведущей цифровой компании России? Газпромнефть, естественно.

Нужны люди с пониманием и желанием работать с компетенциями: agile, индустрия 4.0, дизайн мышления, data science, iiot.

Отмечайтесь, кому интересно. Выдам явки/пароли куда ваши CV присылать. Скилы, кейсы, проекты.

#ЦифроваяТрансформация»

**КОУЧАМ ПРОСЬБА
НЕ БЕСПОКОИТЬ!**

«К ТЕБЕ ПРИХОДЯТ ОЧЕНЬ
УСПЕШНЫЕ ЛЮДИ, ЧТОБЫ
СТАТЬ ЕЩЕ УСПЕШНЕЙ»

Марина Мелия

**ПОЧЕМУ
ВАЖЕН БАЛАНС,
О КОТОРОМ
ВСЕ ГОВОРЯТ?**

**Чтобы быть
счастливым!**

**Чтобы быть
успешным!**

WORK-LIFE BALANCE

ЧТО ЭТО?

Работа, работа
и еще раз работа

Семья и дети

Увлечения

WORK-LIFE BALANCE

ГДЕ ОН?

8 БАЗОВЫХ КАЧЕСТВ УСПЕШНОГО ЧЕЛОВЕКА

1. **Страсть:** любит то, что делает
2. **Трудолюбие:** упорно трудится
3. **Концентрация:** фокус на главном
4. **Умение преодолевать себя:** заставляет себя действовать
5. **Креативность:** придумывает новые идеи
6. **Самосовершенствование:** всегда хочет большего
7. **Умение служить людям:** желание сделать мир лучше
8. **Упорство:** движется к цели, независимо от затрат времени, неудач и превратностей судьбы

**КАК НАЙТИ
СВОЙ ПУТЬ?**



ЧТО Я ХОЧУ?

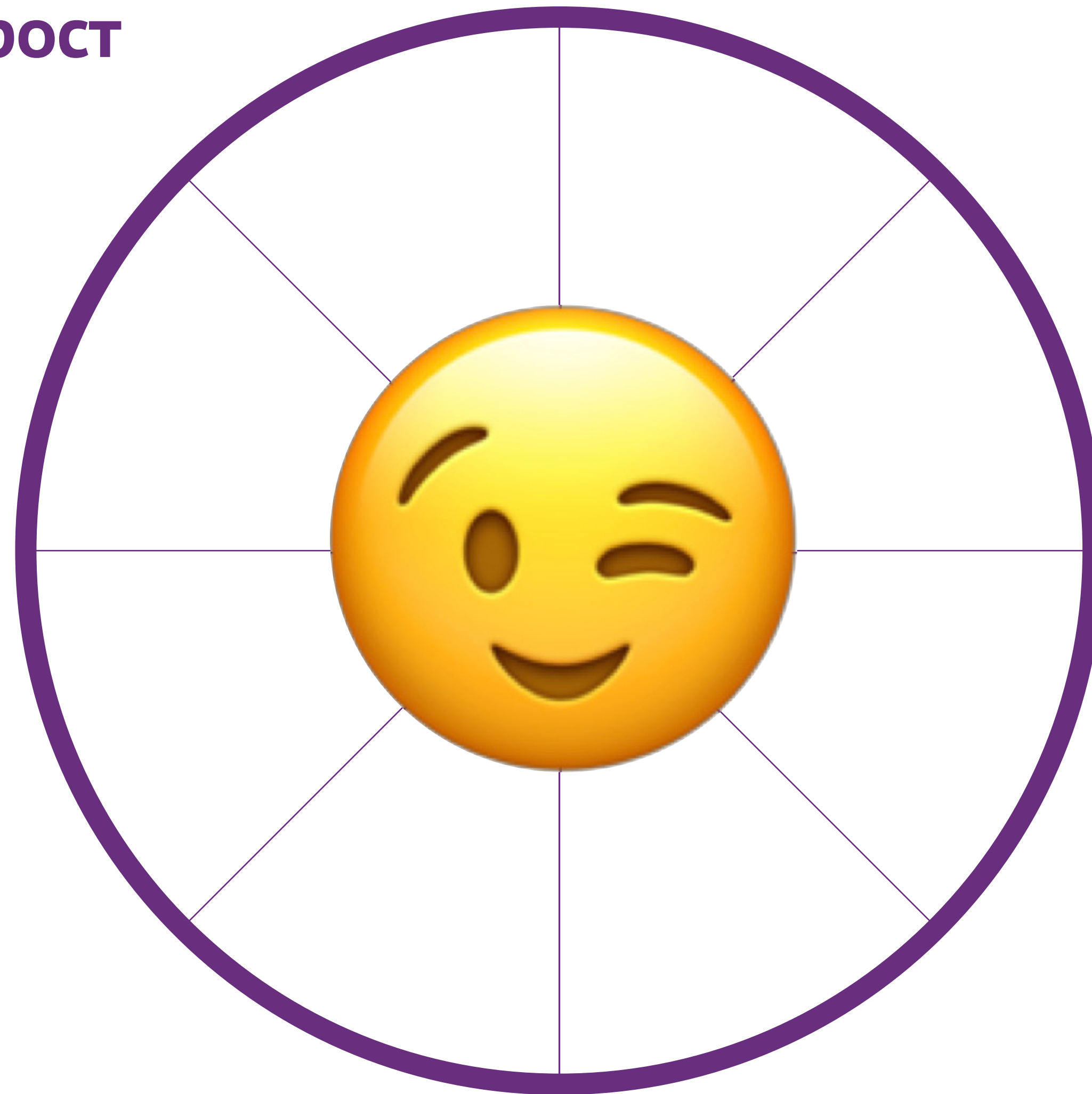


**Карьера, бизнес,
профессиональный рост**

**Финансы,
инвестиции,
деньги**

**Отдых, хобби,
путешествия**

**Физическое
окружение**



Семья, родные

Здоровье

**Друзья и
отношения
с другими**

Личностный рост

ОСОЗНАННОСТЬ

СПАСИБО

FACEBOOK.COM/KOULIKOVA