

# Корпоративный психолог: когда людям легче, работе тоже

Сотрудник приходит на работу не один, а со всем, что у него внутри: с тревогой, ссорами дома, выгоранием, старыми обидами на коллег. Всё это забирает силы, которые могли бы идти в дело.

Я Сергей Губанов, психолог. Работаю с компаниями в Казани: собираю команды, которые быстро решают проблемы и отвечают за результат. Принимаю в своём кабинете или приезжаю к вам в офис. Работаю лично. Если задача требует, например в большой команде, подключаю коллег-психологов, за которых ручаюсь.

Форматы  
от разовой сессии до абонемента

Где  
мой кабинет, ваш офис,  
онлайн

Встреча с сотрудником  
**3 000 Р**

## Что получает компания

### Сплочённая команда

Люди перестают тянуть одеяло на себя и начинают работать на общий результат. Меньше интриг, больше прямых договорённостей, которые выполняются.

### Быстрые решения

Проблемы разбираются сразу, а не копятся месяцами. Время уходит на дело, а не на поиск виноватых.

### Ответственность за результат

Сотрудники берут задачу на себя и доводят её до конца, а не ждут указаний и не ищут оправданий.

### Сильные люди остаются

Меньше выгорания и увольнений. Компания не теряет опытных сотрудников и не тратит деньги и месяцы на поиск и обучение новых.

### Свободный руководитель

Команда решает рабочие вопросы сама, без ручного контроля. У руководителя появляется время на развитие бизнеса, а не на разбор ссор.

### Меньше потерь

Меньше ошибок, больничных и сорванных сроков. Силы, которые уходили на тревогу и внутренние войны, возвращаются в дело.

## С чем работает корпоративный психолог

### Команда не складывается

Каждый сам по себе, отделы не слышат друг друга, общие цели остаются на бумаге.

### Решения буксуют

Совещания без итогов, вопросы откладываются, мелкая проблема за месяц вырастает в большую.

### Никто ни за что не отвечает

Сроки срываются, задачи висят, каждый кивает на другого или ждёт решения сверху.

### Тревога и перегрузка

Люди живут в режиме угрозы и прокручивают события вместо того, чтобы действовать.

### Конфликты и интриги

Скрытые войны, группировки, обиды. Коллектив, который превратился в серпентарий.

### Выгорание

Сильные сотрудники работают на автомате или уходят.

### Когнитивные искажения

«Всё пропало», «меня не ценят», «без меня всё развалится». Мысли, которые мешают решать задачи.

### Границы

Одни не умеют сказать «нет» и тонут в чужих задачах, другие отгораживаются стеной.

### Личные кризисы

Развод, болезнь близких, трудности с детьми. Человек приносит это на работу, даже если молчит.

## Почему я

Я был наёмным сотрудником, руководителем и топ-менеджером. Развивал свои и чужие бизнесы: одни стали успешными, другие нет.

Я видел изнутри, как руководители сами выращивают серпентарии: поощряют интриги, не замечают конфликтов, управляют через страх. И видел, во что это обходится компании: уходят сильные люди, решения тормозятся, энергия уходит на внутренние войны.

## Командообразование

Хорошая команда не возникает сама из хороших специалистов. Нужны общие цели, понятные роли, доверие и умение спорить без войны.

На встречах команда учится решать проблемы быстро и по делу: называть трудность прямо, не искать виноватого, договариваться о конкретном шаге и сроке. Вопрос, который раньше обсуждали неделями, закрывается за одну встречу.

Отдельно работаем с ответственностью. Когда у каждого ясная роль и понятно, за какой результат он отвечает, пропадает привычка перекладывать дела на соседа и ждать, что всё решит начальник. Люди начинают отвечать за итог, а не за видимость работы.

## Любая система живёт по одним законам

Я провожу психологическое просвещение для сотрудников и руководителей. Простым языком объясняю, как устроены отношения между людьми, откуда берутся конфликты и почему одни и те же сценарии повторяются снова и снова.

Основы здесь одинаковы для любой системы, будь то семья или компания. Роли, правила, границы и доверие работают по одним законам дома и в офисе. Поэтому то, что человек понял о себе на встрече, помогает ему и с близкими, и с коллегами.

## Soft skills выходят на первый план

Хард-скиллы постепенно берёт на себя искусственный интеллект: тексты, расчёты, аналитику, отчёты. А умение договариваться, слышать другого, выдерживать напряжение и работать в команде ИИ не заменит.

## Измеримый результат

Перед началом работы и после прохождения встреч замеряем то, что важно компании: текучесть кадров, скорость принятия решений, соблюдение сроков, вовлечённость сотрудников по опросу.

По итогам вы получаете отчёт с цифрами «до» и «после». Какие показатели отслеживать, договариваемся заранее, исходя из того, что сейчас болит в компании. Отчёт содержит только общие показатели, без личной информации сотрудников.

## Конфиденциальность и документы

Всё, что сотрудник рассказывает мне на встрече, остаётся между нами. Руководитель не получает пересказов личных разговоров, это правило корпоративной работы так же, как и частной.

Работаю по договору и предоставляю закрывающие документы. Подписываю соглашение о неразглашении: информация о компании и сотрудниках никуда не уходит.

## Форматы и стоимость

|                                             |                                                                                                                                   |                                           |
|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| Стратегическая сессия                       | 1–2 часа с руководителем или управленческой командой. Разбираем ситуацию, определяем задачи и решаем, нужна ли дальнейшая работа. | по договорённости                         |
| Диагностика команды                         | Короткий опрос сотрудников и 2–3 встречи с руководителем. На выходе карта проблем и план работы. С неё удобно начать.             | по договорённости                         |
| Индивидуальная работа с сотрудниками        | Самый эффективный формат: 7–10 встреч с каждым лично, один на один, около двух месяцев.                                           | 3 000 ₽ за встречу, пакет 21 000–30 000 ₽ |
| Пилот на одном отделе                       | 1–2 месяца работы с одной командой, чтобы увидеть эффект в цифрах до большого договора.                                           | по объёму работы                          |
| Абонемент «психолог компании»               | Компания выкупает часы на месяц, сотрудники записываются сами и анонимно. Подходит компаниям от 30 человек.                       | по количеству часов                       |
| Консультации руководителя                   | Как поговорить с выгоревшим, конфликтным или горящим сотрудником. Как сообщить команде трудное решение.                           | по договорённости                         |
| Кризисная поддержка                         | После сокращений, смерти сотрудника, ЧП или слияния. Помогаю команде и руководителю в первые дни и недели.                        | по договорённости                         |
| Командообразование и обучение руководителей | Встречи с командой в офисе или на выезде, программы для руководителей. Часто идут вместе с индивидуальной работой.                | по программе и числу участников           |

Итоговая стоимость зависит от объёма работы и количества часов. Считаю после первого разговора.

## Как строится работа

- 1 Знакомство**  
Обсуждаем с руководителем, что происходит в компании и чего вы хотите добиться.
- 2 Замер и открытые цели**  
Фиксируем показатели «до», формулируем цели и открыто доносим их до сотрудников.
- 3 Работа**  
Индивидуальные встречи, командообразование, обучение руководителей. Сочетание форматов выбираем вместе.
- 4 Результат и отчёт**  
Повторяем замер и показываем изменения в цифрах, не раскрывая личного.

### Обсудим вашу компанию

Расскажите, что происходит в команде и чего вы хотите добиться. Предложу формат работы.

Сергей Губанов, психолог · Казань, ул. Рихарда Зорге, 66Б  
Телефон и МАХ: +7 903 388-92-50 · Telegram: @gubanovsergey  
mail@psygs.ru · psygs.ru

