



БРИФИНГ РИСК-ДОКТОРА



ОСОЗНАННОСТЬ В УПРАВЛЕНИИ ПРОЕКТАМИ

© *Декабрь 2013, Dr David Hillson FIRM, HonFAPM, PMI Fellow*

david@risk-doctor.com

Осознанность (mindfulness) берет свои корни из восточной религии, используется в терапевтических целях для лечения различных психологических состояний (в том числе тревоги, депрессии и стресса), а также при проведении тренингов по совершенствованию здоровых людей. При правильном использовании осознанность может сделать более эффективным и управление рисками.

Жить осознанным (mindful) означает каждую секунду уделять полное **внимание** вашему текущему опыту, быть хорошо **осведомленным** обо всем, что вас окружает, **признавая** это и **принимая** это как действительное. Так как же все это может помочь нам в управлении рисками?

Осознанность может быть особенно полезна в совершенствовании процесса идентификации рисков, делая нас более осведомленными о полном диапазоне потенциальных источников риска. К таким источникам относятся:

- *Мы сами* - мы часто закрываем глаза на риски, которые сами приносим нашему бизнесу и проектам. Самосознание поможет нам определить те действия и состояния, которые создают неопределенность, а также выявить предубеждения и поведение, влекущие риск. Аналогично осознанность может помочь нам найти внутренне сгенерированные риски, которые возникают внутри собственных команд и организаций и связаны с их стратегией и ведением деятельности, а также с традициями и культурой.
- *Прочие* - важно хорошо знать людей, с которыми мы работаем, понимать их мотивы и настроения, амбиции и взгляды. В каждом бизнесе или проекте есть большое количество различных заинтересованных сторон, которые могут либо генерировать риски, либо помогать нам справляться с ними. Мы должны знать тех, кто находится в нашей сети заинтересованных сторон и понимать, как они могут повлиять на то, что мы пытаемся достичь.
- *Окружающая среда* - многие риски связаны с ситуацией, в которой мы работаем. Это и наше физическое окружение, и менее осязаемые элементы окружающей обстановки. Что вы видите и слышите вокруг вас? А что вы чувствуете или ощущаете? Что из этого создает неопределенность?

Тщательный анализ этих источников риска также поможет нам обнаружить скрытые риски, которые находятся под поверхностью. Некоторые риски могут быть не выражены явно или только подразумеваться, в то время как другие - более очевидны. Слишком просто сосредоточиться на тех рисках, которые легко увидеть, забыв взглянуть внимательнее, чтобы выявить те, что менее очевидны. Осознанный подход поможет увидеть те вещи, которые иначе были бы пропущены, и выбрать важные риски среди незначительных.

Если осознанность настолько полезна, как мы можем развивать ее в целях совершенствования нашего подхода к управлению рисками? Наиболее очевидный способ заключается в том, чтобы специально тренировать осознанность, стремясь стать более осведомленными о нас самих, о заинтересованных сторонах и о нашем окружении, сознательно ища скрытые аспекты, а также те, которые являются более очевидными. Но легко забыть о том, что нужно обращать на это внимание, особенно когда мы находимся под давлением исполнения или сроков.

Полезный совет заключается в использовании "**триггеров осознанности**" для напоминания себе о необходимости ненадолго выйти из нашего повседневного поведения, остановиться и подумать. Один из простых способов – наклеивать стикеры на зеркало в ванной или на экран компьютера с коротким посланием к себе быть более внимательным в течение дня. Другой подход заключается в увязке обычных действий (например, открывание конкретной двери или вход в конференц-зал или лифт) с напоминанием себе быть особенно внимательным. Каждый раз, когда мы совершаем действие-триггер, оно побуждает нас сделать паузу и подумать о нашей внутренней и внешней обстановке, уделить более пристальное внимание тому, что происходит в данный момент.

Слишком многое из того, что мы делаем в нашей личной и профессиональной жизни, происходит автоматически и бездумно. К сожалению, это означает, что погруженные в рутину нашей повседневной жизни, мы часто упускаем важные риски, не замечая их. Тренировка осознанности может помочь нам вырваться из наших обычных привычек. И тогда мы сможем видеть риски более четко и управлять ими более эффективно.

Если у Вас есть комментарии и пожелания, а также вопросы, как разработать эффективную стратегию управления рисками, обращайтесь к Риск-доктору (info@risk-doctor.com), или посетите сайт www.risk-doctor.com