

OKR и мозг - почему цели по OKR лучше мотивируют сотрудников

Анна Обухова
Agile Coach



@annaobukhova



**АННА ОБУХОВА
РАБОТА**

**AGILE COACH
SCRUM MASTER, PRODUCT OWNER
PROJECT/PROGRAM MANAGER
AGILE PORTFOLIO MANAGER
БИЗНЕС-ТРЕНЕР, КОНСУЛЬТАНТ**

БИОЛОГИЯ

IT

МЕНЕДЖМЕНТ

MBA (GLOBAL BUSINESS)

COACHING

NEUROLEADERSHIP

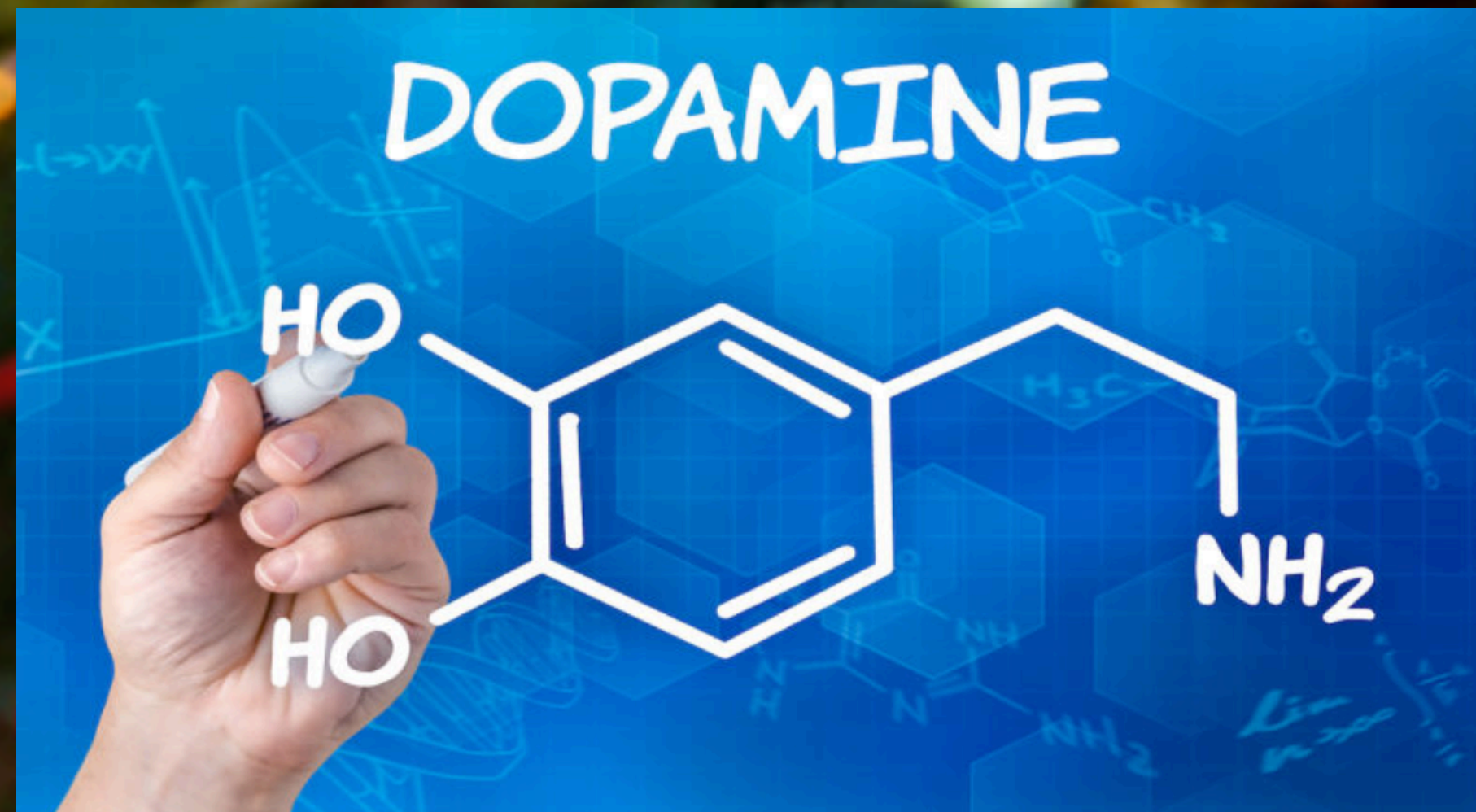
APPLIED NEUROSCIENCE

**АННА ОБУХОВА
ОБРАЗОВАНИЕ**



МОТИВАЦИЯ ЭТО УДОВОЛЬСТВИЕ?

МОТИВАЦИЯ ЭТО ПРЕДВКУШЕНИЕ



МОТИВАЦИЯ ФОРМИРУЕТСЯ НА КАЖДУЮ ЗАДАЧУ



ПОТРЕБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА

Витальные

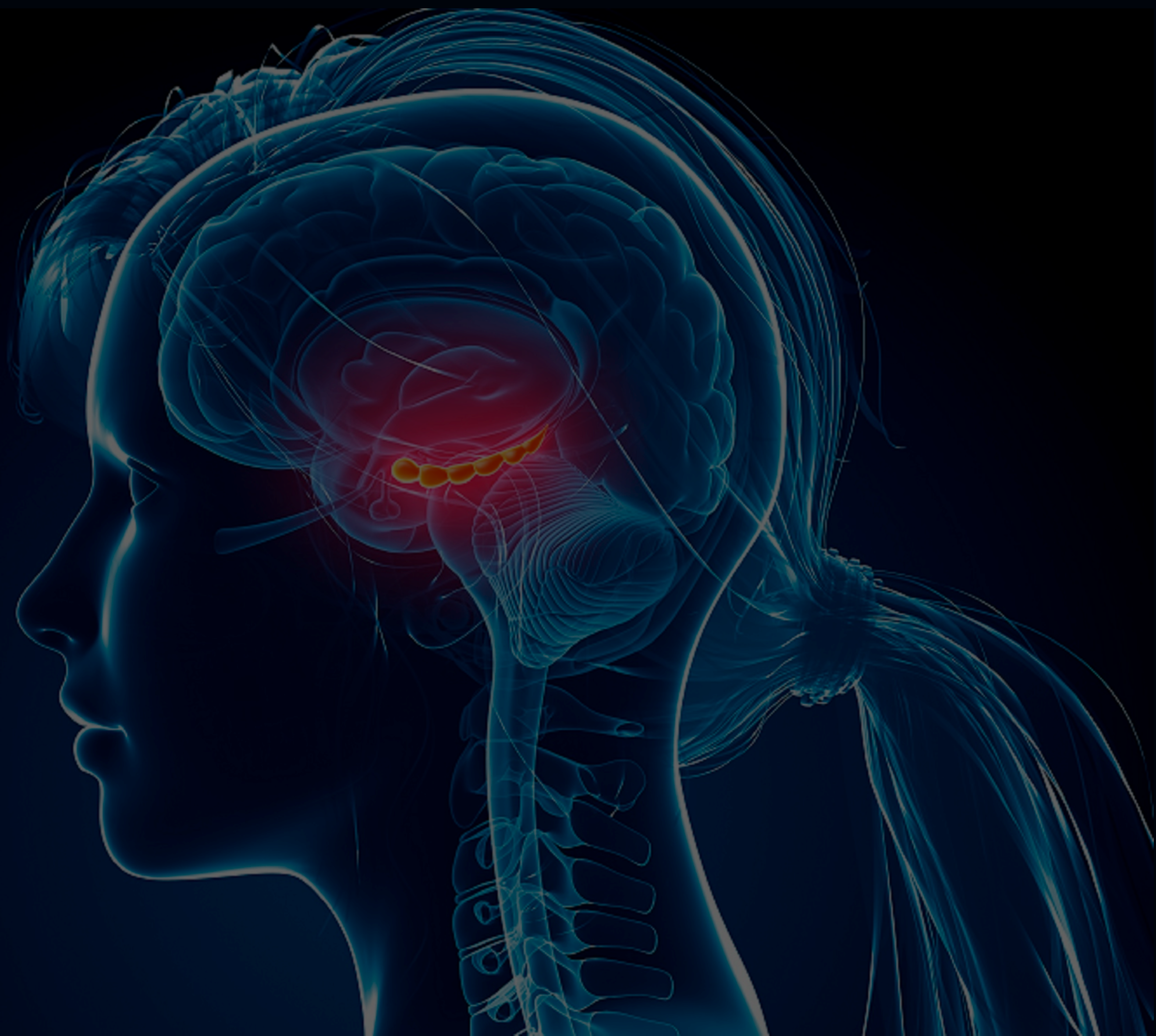
Голод-жажда
Безопасность – Оборона
Безопасность – Агрессия
Сон
Экономия сил

Социальные

Размножение
Детско-родительские
Статус и иерархия
Собственность
Эмпатия

Саморазвитие

Исследование
Творчество
Подражание
Свобода
Игра





ЧЕТВЕРОХОЛМИЕ
ориентировочный
рефлекс




ГИППОКАМП

поисковое поведение

ЧЕТВЕРОХОЛМИЕ

*ориентировочный
рефлекс*



**ВЕНТРАЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ
ПОКРЫШКИ**
дофамин (предвкушение)

ГИППОКАМП
поисковое поведение

ЧЕТВЕРОХОЛМИЕ
ориентировочный
рефлекс



МИНДАЛИНА

*страх, неопределенность
"я нервничаю"*

**ВЕНТРАЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ
ПОКРЫШКИ**

дофамин (предвкушение)

ГИППОКАМП

поисковое поведение

ЧЕТВЕРОХОЛМИЕ

*ориентировочный
рефлекс*

СТРИАТУМ
привычки
"я не знаю что делать"

МИНДАЛИНА

страх, неопределенность
"я нервничаю"

**ВЕНТРАЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ
ПОКРЫШКИ**
дофамин (предвкушение)

ГИППОКАМП
поисковое поведение

ЧЕТВЕРОХОЛМИЕ
ориентировочный
рефлекс



СТРИАТУМ
привычки
"я не знаю что делать"

ХАБЕНУЛА
вероятность успеха
"я могу облажаться"

МИНДАЛИНА
страх, неопределенность
"я нервничаю"

**ВЕНТРАЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ
ПОКРЫШКИ**
дофамин (предвкушение)

ГИППОКАМП
поисковое поведение

ЧЕТВЕРОХОЛМИЕ
ориентировочный
рефлекс



СТРИАТУМ
привычки
"я не знаю что делать"

ХАБЕНУЛА
вероятность успеха
"я могу облажаться"

ЭНТОРИНАЛЬНАЯ КОРА
карты пространства
"куда идти, кого звать"

МИНДАЛИНА
страх, неопределенность
"я нервничаю"

**ВЕНТРАЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ
ПОКРЫШКИ**
дофамин (предвкушение)

ГИППОКАМП
поисковое поведение

ЧЕТВЕРОХОЛМИЕ
ориентировочный
рефлекс



СТРИАТУМ
привычки
"я не знаю что делать"

ХАБЕНУЛА
вероятность успеха
"я могу облажаться"

ЭНТОРИНАЛЬНАЯ КОРА
карты пространства
"куда идти, кого звать"

ЧЕТВЕРОХОЛМИЕ
ориентировочный
рефлекс

ГИППОКАМП
поисковое поведение

**ВЕНТРАЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ
ПОКРЫШКИ**
дофамин (предвкушение)

МИНДАЛИНА
страх, неопределенность
"я нервничаю"

ПРИЛЕЖАЩЕЕ ЯДРО
мотивация к действию



СТРИАТУМ
привычки
"я не знаю что делать"

ХАБЕНУЛА
вероятность успеха
"я могу облажаться"

ПОЯСНАЯ ИЗВИЛИНА
переход к действию
понял, как устроено

ПРИЛЕЖАЩЕЕ ЯДРО
мотивация к действию

ЭНТОРИНАЛЬНАЯ КОРА
карты пространства
"куда идти, кого звать"

МИНДАЛИНА
страх, неопределенность
"я нервничаю"

**ВЕНТРАЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ
ПОКРЫШКИ**
дофамин (предвкушение)

ГИППОКАМП
поисковое поведение

ЧЕТВЕРОХОЛМИЕ
ориентировочный
рефлекс



ПРЕФРОНТАЛЬНАЯ КОРА

модель будущего

ПОЯСНАЯ ИЗВИЛИНА

*переход к действию
понял, как устроено*

ПРИЛЕЖАЩЕЕ ЯДРО

мотивация к действию

МИНДАЛИНА

страх, неопределенность

"я нервничаю"

ВЕНТРАЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ ПОКРЫШКИ

дофамин (предвкушение)

СТРИАТУМ

*привычки
"я не знаю что делать"*

ХАБЕНУЛА

*вероятность успеха
"я могу облажаться"*

ЭНТОРИНАЛЬНАЯ КОРА

*карты пространства
"куда идти, кого звать"*

ГИППОКАМП

поисковое поведение

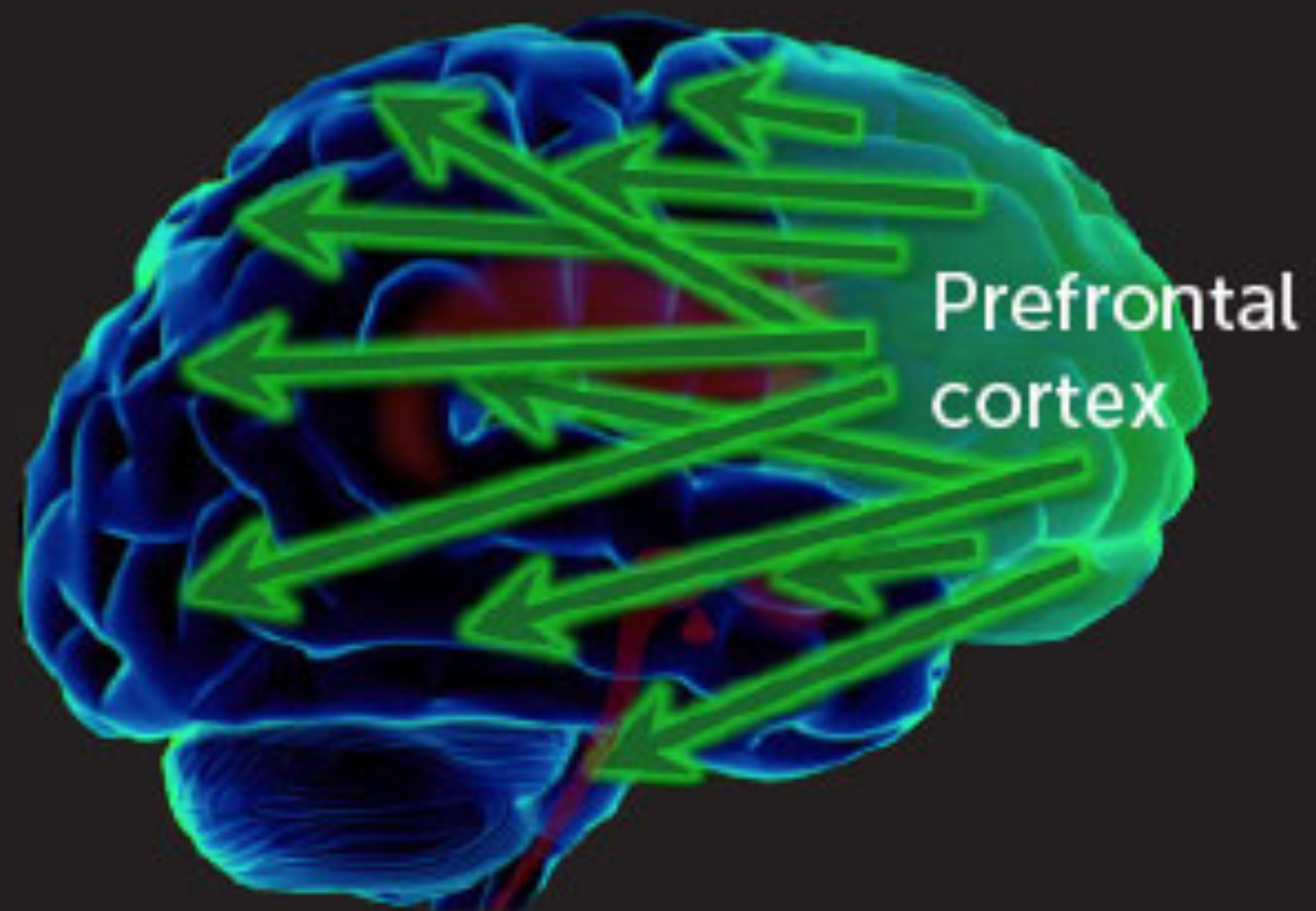
ЧЕТВЕРОХОЛМИЕ

*ориентировочный
рефлекс*



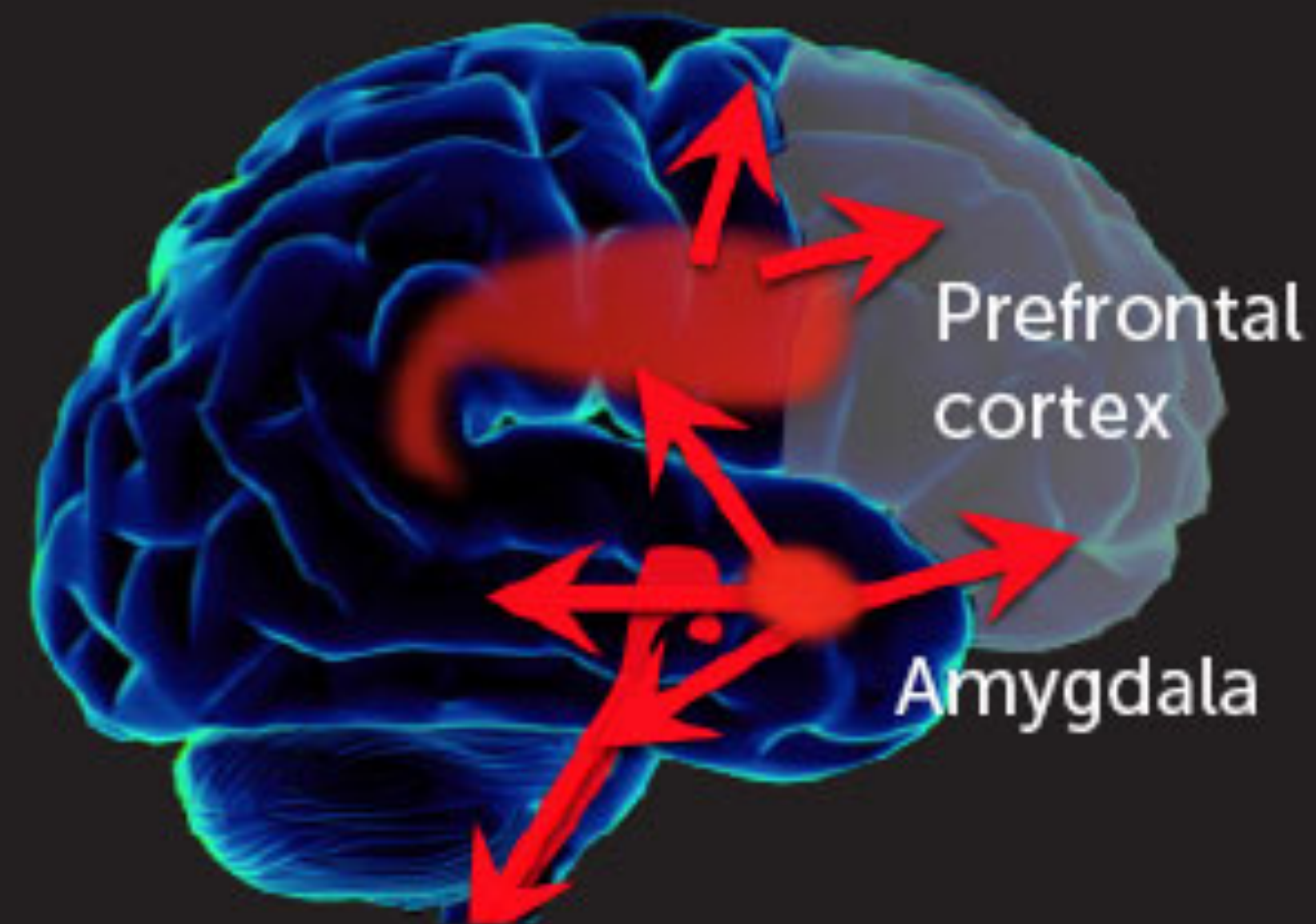
КТО В ДОМЕ ХОЗЯИН

МНЕ ИНТЕРЕСНО



Tight control of thoughts,
emotions and actions

МНЕ СТРАШНО



Weaker control of thoughts,
emotions and actions

SCARF – МОДЕЛЬ

Status
Certainty
Autonomy
Relatedness
Fairness



СТАТУС

ОПРЕДЕЛЕННОСТЬ

АВТОНОМНОСТЬ

ПРИНАДЛЕЖНОСТЬ

СПРАВЕДЛИВОСТЬ

SCARF – МОДЕЛЬ

Status
Certainty
Autonomy
Relatedness
Fairness



СТАТУС

ОПРЕДЕЛЕННОСТЬ

АВТОНОМНОСТЬ

ПРИНАДЛЕЖНОСТЬ

СПРАВЕДЛИВОСТЬ

SCARF MODEL | David Rock

 [MODELTHINKERS.com](https://www.modelthinkers.com)

-2 **-1** **0** **+1** **+2**

Why?

What is an Objective?

An Objective is a description of a goal to be achieved in the future. An Objective sets a clear direction and provides motivation. An Objective can be thought of like a destination on a map.

Example Objectives

- ✓ Pioneer reusable rockets
- ✓ Become market leader
- ✓ Launch the most popular new iPhone App
- ✓ Generate more revenue than last year
- ✓ Become internationally recognised as an innovator

SCARF – МОДЕЛЬ

Status
Certainty
Autonomy
Relatedness
Fairness



СТАТУС

ОПРЕДЕЛЕННОСТЬ

АВТОНОМНОСТЬ

ПРИНАДЛЕЖНОСТЬ

СПРАВЕДЛИВОСТЬ

SCARF MODEL | David Rock

 MODELTHINKERS.com

-2 **-1** **0** **+1** **+2**

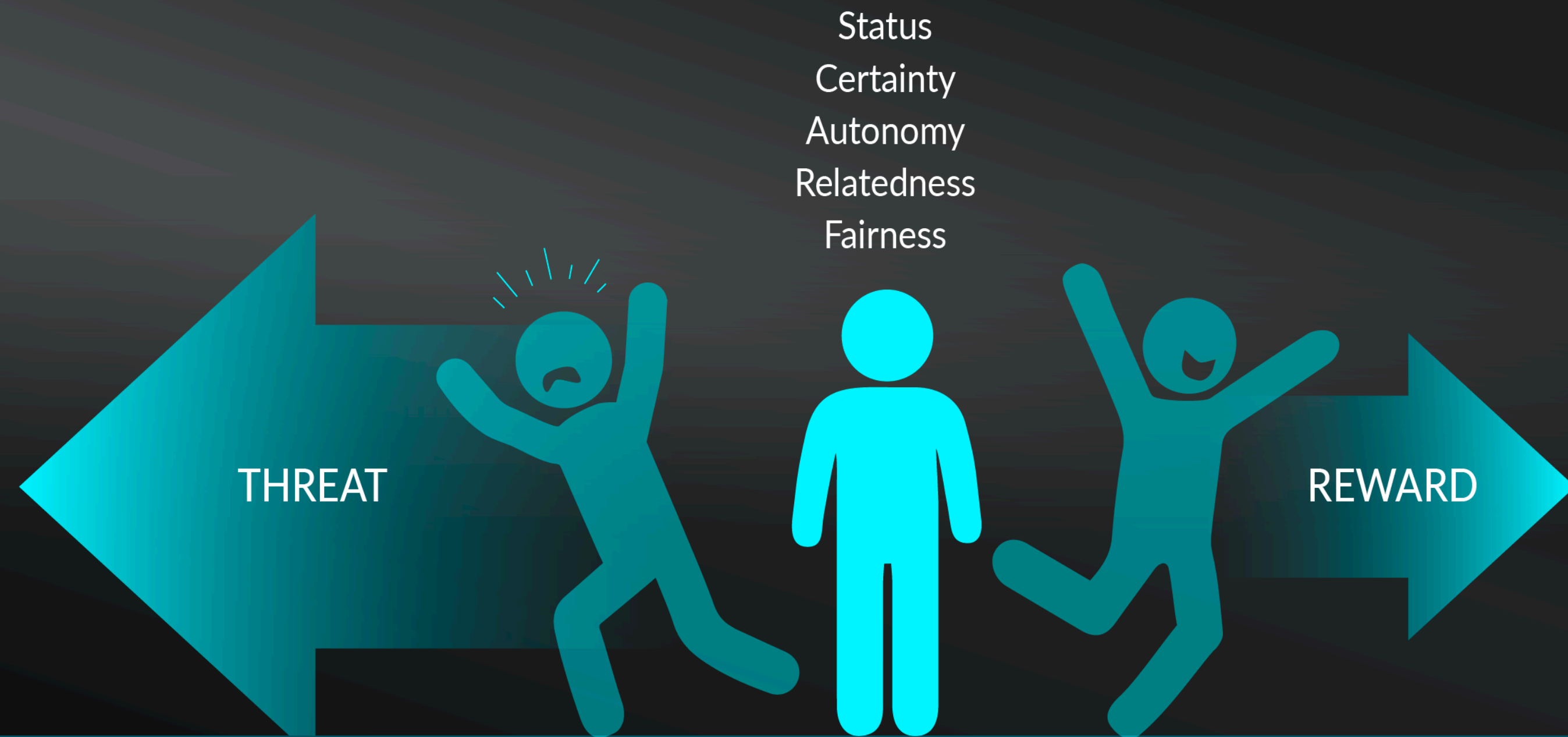
What is a Key Result?

A Key Result is a metric with a starting value and a target value that measures progress towards an Objective. A Key Result is like a signpost with a distance that shows how close you are to your Objective.

Example Key Results

- ✓ Engine tests have a 99% success rate
- ✓ Achieve a market valuation of \$150,000,000
- ✓ Get featured by Apple on the App Store
- ✓ Close 10 deals over \$100,000 each

SCARF – МОДЕЛЬ



СТАТУС

ОПРЕДЕЛЕННОСТЬ

АВТОНОМНОСТЬ

ПРИНАДЛЕЖНОСТЬ

СПРАВЕДЛИВОСТЬ

SCARF MODEL | David Rock

 MODELTHINKERS.com

-2 -1 0 +1 +2

What is an Initiative?

An Initiative is a description of the work you'll do to influence a Key Result. If an Objective is your destination and a Key Result shows the distance to go, an Initiative describes what you'll do to get there, (take a car, row a boat, etc.).

Example Initiatives

- ✓ Design and build a new turbopump
- ✓ Run interviews with 5 CMO candidates
- ✓ Hire an app store optimization agency
- ✓ Create new Sales collateral

SCARF – МОДЕЛЬ

Status
Certainty
Autonomy
Relatedness
Fairness



СТАТУС

ОПРЕДЕЛЕННОСТЬ

АВТОНОМНОСТЬ

ПРИНАДЛЕЖНОСТЬ

СПРАВЕДЛИВОСТЬ

SCARF MODEL | David Rock

 MODELTHINKERS.com

-2 -1 0 +1 +2

**"ДАВАЙ ВМЕСТЕ
ОБСУДИМ И
ПРИДУМАЕМ
КАК ЭТО
СДЕЛАТЬ"**



SCARF – МОДЕЛЬ

Status
Certainty
Autonomy
Relatedness
Fairness



СТАТУС

ОПРЕДЕЛЕННОСТЬ

АВТОНОМНОСТЬ

ПРИНАДЛЕЖНОСТЬ

СПРАВЕДЛИВОСТЬ

SCARF MODEL | David Rock

 MODELTHINKERS.com

-2 -1 0 +1 +2

СПРАВЕДЛИВОСТЬ



SCARF – МОДЕЛЬ

Status
Certainty
Autonomy
Relatedness
Fairness



СТАТУС

ОПРЕДЕЛЕННОСТЬ

АВТОНОМНОСТЬ

ПРИНАДЛЕЖНОСТЬ

СПРАВЕДЛИВОСТЬ

SCARF MODEL | David Rock

 [MODELTHINKERS.com](https://www.modelthinkers.com)

-2 **-1** **0** **+1** **+2**



**МЫ САМИ
ПРИДУМЫВАЕМ
ОКР МЕТРИКИ А
НЕ ПОЛУЧАЕМ
ИХ ИЗВНЕ**

ДАВАЙТЕ ПОСЧИТАЕМ КРІ ОКР

KPI

СТАТУС -1

ОПРЕДЕЛЕННОСТЬ -1

АВТОНОМНОСТЬ -2

ПРИНАДЛЕЖНОСТЬ 0

СПРАВЕДЛИВОСТЬ 0

-4

OKR

СТАТУС +1

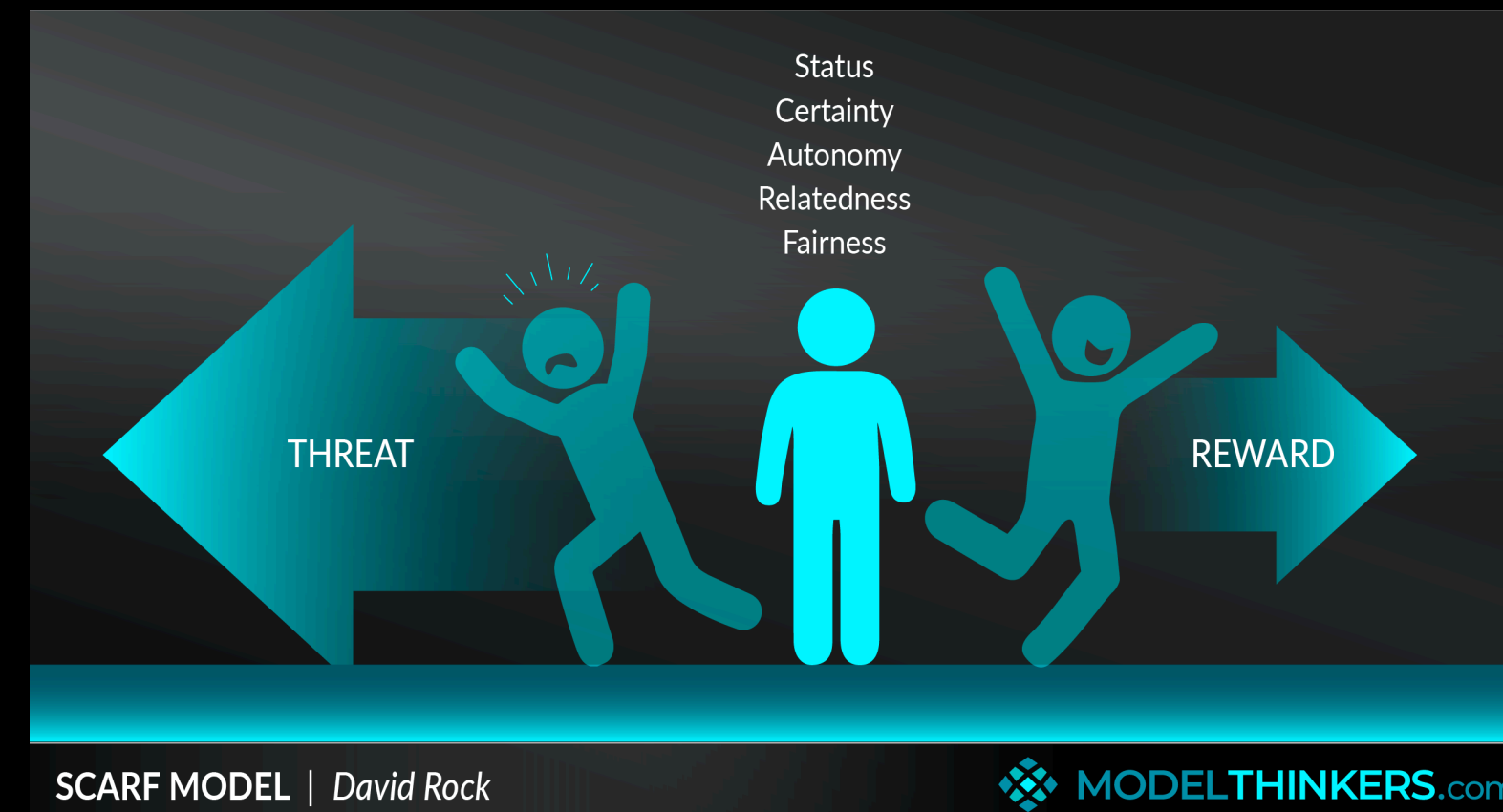
ОПРЕДЕЛЕННОСТЬ +1

АВТОНОМНОСТЬ +2

ПРИНАДЛЕЖНОСТЬ +1

СПРАВЕДЛИВОСТЬ +1

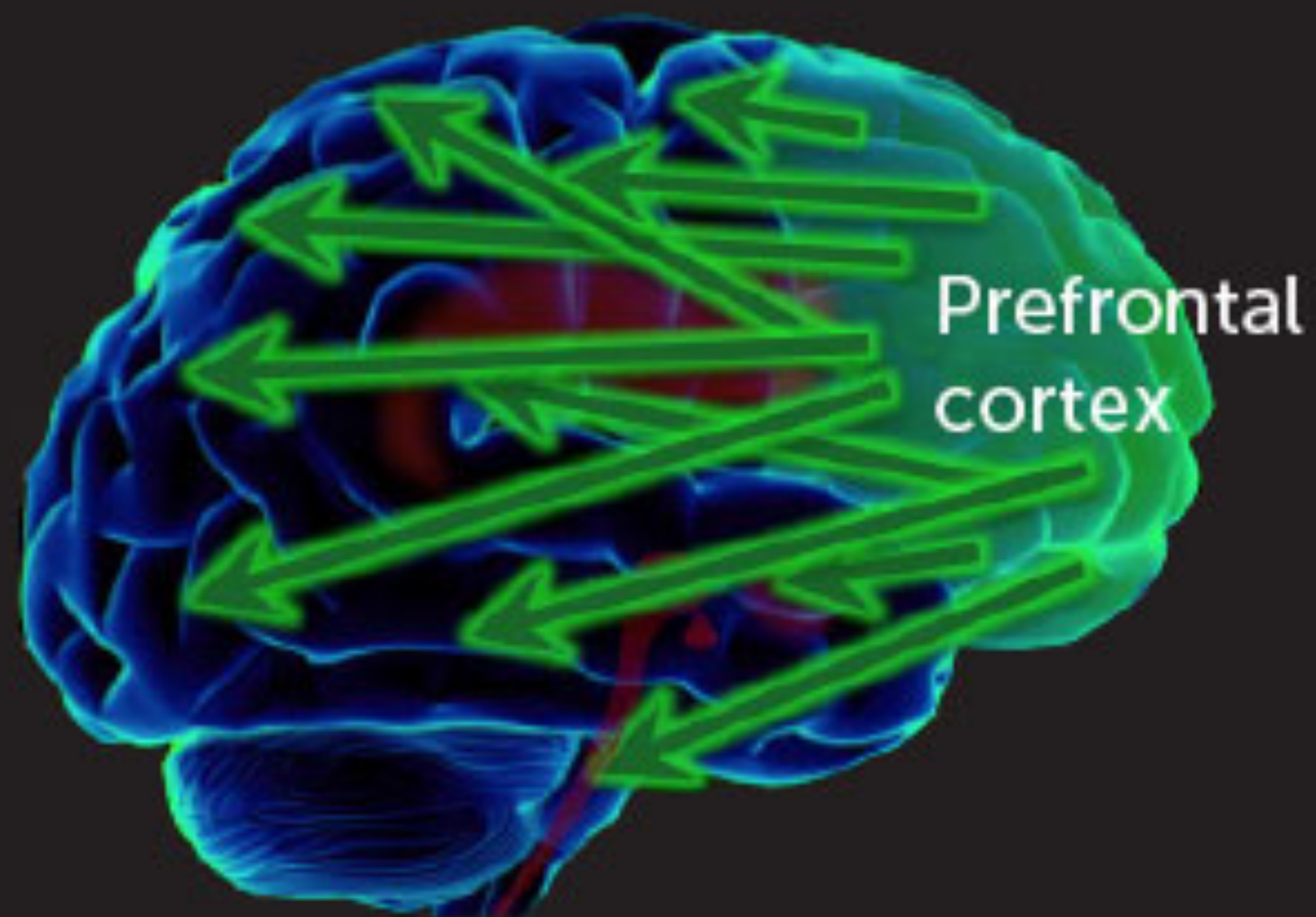
+6



-2 -1 0 +1 +2

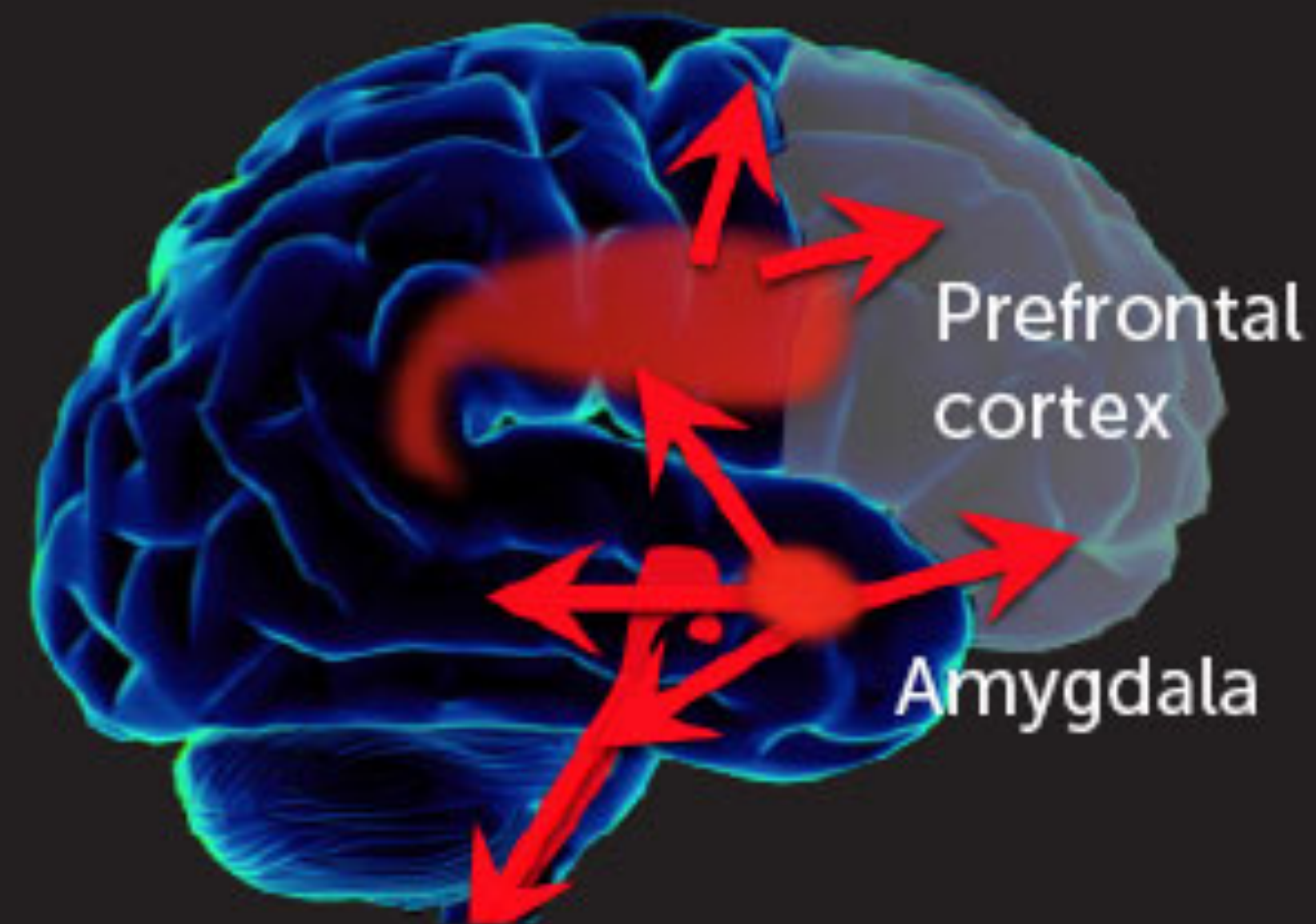
КТО В ДОМЕ ХОЗЯИН

МНЕ ИНТЕРЕСНО



Tight control of thoughts,
emotions and actions

МНЕ СТРАШНО



Weaker control of thoughts,
emotions and actions

ПРЕФРОНТАЛЬНАЯ КОРА

модель будущего

ПОЯСНАЯ ИЗВИЛИНА

*переход к действию
понял, как устроено*

ПРИЛЕЖАЩЕЕ ЯДРО

мотивация к действию

МИНДАЛИНА

страх, неопределенность

"я нервничаю"

ВЕНТРАЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ ПОКРЫШКИ

дофамин (предвкушение)

СТРИАТУМ

*привычки
"я не знаю что делать"*

ХАБЕНУЛА

*вероятность успеха
"я могу облажаться"*

ЭНТОРИНАЛЬНАЯ КОРА

*карты пространства
"куда идти, кого звать"*

ГИППОКАМП

поисковое поведение

ЧЕТВЕРОХОЛМИЕ

*ориентировочный
рефлекс*



СПАСИБО!

АННА ОБУХОВА

AGILE COACH

ANNA.OBUKOVA@MAIL.RU

ANNAOBUKOVA.RU



Телеграм: [нейробиология энергии](#)