



Карьерные цели

Карьерная цель – это четко сформулированное утверждение, объясняющее, чем человек намерен заниматься на протяжении всей своей карьеры.





Почему важно ставить цели

- позволят сохранять должный профессиональный уровень и оставаться востребованным специалистом и ценным сотрудником;
- они помогают сохранить воодушевление и энтузиазм в работе;
- дают энергию для достижения чего-то бóльшего;
- помогают стать настоящим мастером своего дела;
- дарят чувство удовлетворённости жизнью и профессией;
- их достижение повышает личную и профессиональную самооценку.



Правильная постановка карьерных целей откроет двери в мир бесконечных возможностей, которые ещё вчера вы даже не могли себе представить.



Виды целей



Долгосрочные цели (3-5 лет):

- получить продвижение по службе;
- сменить профессию;
- начать свой бизнес;
- стать экспертом;
- создать личный бренд.

Краткосрочные цели (6 мес. – 3 года):

- увеличить показатели производительности;
- получить ДПО;
- сменить место работы.





Цели-мотиваторы

- заниматься видом деятельности или иметь должность, которые соответствуют самооценке и поэтому доставляют моральное удовлетворение;
- получить работу или должность, соответствующие самооценке, в местности, природные условия которой благоприятно действуют на состояние здоровья и позволяют организовать хороший отдых;
- занимать работу или должность, которые усиливают ваши возможности и развивают их; иметь работу или должность, которые носят творческий характер;
- работать по профессии или занимать должность, которые позволяют достичь определенной степени независимости;
- иметь работу или должность, хорошо оплачиваемые или позволяющие одновременно получать большие побочные доходы;
- иметь работу или должность, которые позволяют продолжать активное обучение;
- иметь работу или должность, позволяющую заниматься воспитанием детей или домашним хозяйством.





Как правильно ставить цели

Шаг 1

Запишите ВСЕ цели связанные с работой, которые есть в голове. В течение двух-трёх дней можно записывать новые пункты.

Шаг 2

Отсеем лишнее. Задавайте себе вопрос: «Я действительно этого хочу?». Если тот или иной пункт не находит у вас внутреннего отклика, смело вычёркивайте его.

Помните: *нет плохих и хороших целей. Есть ваши и не ваши.*

Шаг 3

На третьем шаге пройдитесь по каждому пункту и при необходимости сделайте их более конкретными.





Технология SMART для определения карьерной цели

1. Конкретная

Для одного человека успехом может стать должность главного исполнительного директора компании. Для другого успехом может быть достижение финансовой свободы.

2. Измеримая

Установите конкретную дату или любой другой параметр по которому вы сможете измерить достижение цели

3. Избегайте негатива

Цель должна быть чем-то, чего хочет человек, а не фактором, которого он или она хочет избежать.

4. Реалистичная

Цель должна быть вызовом, но вызовом достижимым. Для человека не имело бы смысла ставить перед собой цель выиграть премию Грэмми, если он никогда не выступал и не играл на инструменте.

5. Привязывайте действия к каждой цели

Для каждой поставленной цели человеку необходимо предпринять определенные меры для ее достижения. Перечисление различных видов деятельности, необходимых для достижения цели, упрощает весь процесс.





Составляем план

- возьмите список целей и разделите их на долгосрочные и краткосрочные;
- для каждой определите временной промежуток, начиная с ближайших;
- все цели разбейте на простые понятные действия и внесите их в своё ежедневное расписание.

Работают не большие планы, а маленькие действия.

Если вам не будут понятны конкретные ближайшие шаги или они будут слишком сложными, амбициозными, масштабными, вы уже через месяц забудете о своём карьерном плане.





Соблюдаем технику безопасности

1. Возьмите тайм-аут

Имея даже наполеоновские планы, дайте им немного отлежаться. Объективно оцените свои силы, а к реализации задуманного подходите планомерно.

2. Реально оценивайте свои возможности

Большие и глобальные цели хороши в долгосрочной перспективе. На короткий срок лучше ставить себе более мелкие и простые задачи.

3. Запаситесь терпением

Не получив мгновенных результатов, иногда возникает желание всё бросить. В этом случае помните: чем значительнее ваша цель, тем больше времени и самодисциплины она потребует.

4. Отслеживайте прогресс

Записывайте в блокнот шаги, которые вы сделали на пути к своей цели. Также не забывайте фиксировать большие и маленькие победы и успехи.

5. Сохраняйте баланс

Любимое дело и стремление достичь в нём новых высот — это прекрасно. Но жизнь не должна состоять лишь из одной работы. Семья, друзья, хобби, здоровье, отдых тоже имеют важное значение.





Обходим препятствия

- **Будьте готовы к любому исходу**

Заранее невозможно предсказать успех или провал дела. Вы предпринимаете какие-то действия, а значит, в любом случае растёте, независимо от результата.

- **Установите дедлайны**

Сроки мотивируют. Убедитесь, что вы установили реалистичные временные рамки, и при необходимости измените их. Это поможет избежать бесконечного откладывания на потом.

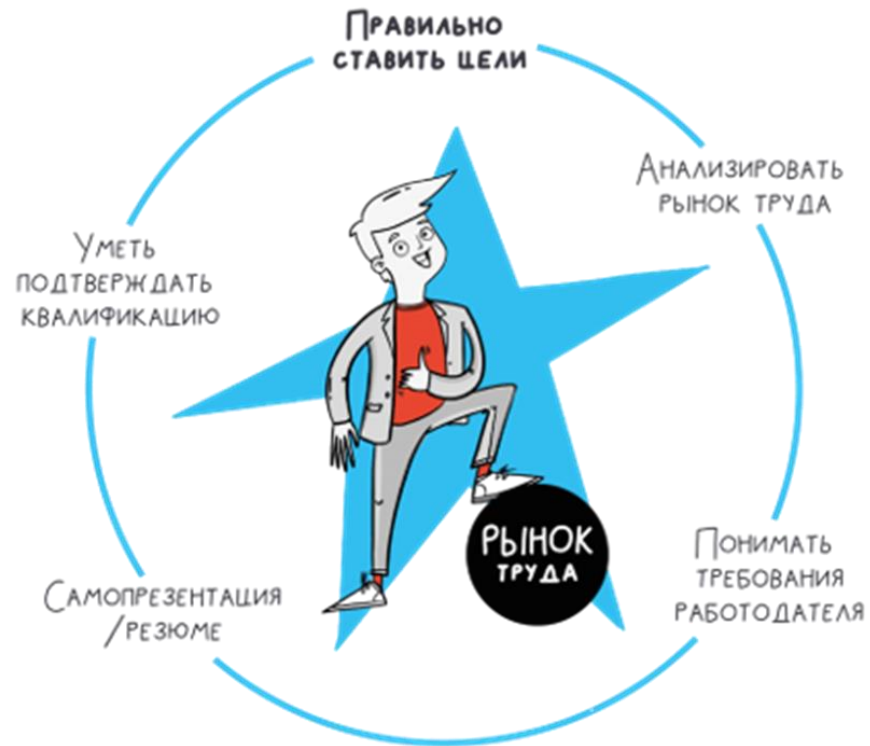
- **Вознаградите себя**

Каждый раз, когда вы добиваетесь успеха в достижении целей, награждайте себя. К примеру, возьмите выходной, чтобы заняться любимым делом, побалуйте себя вкусным ужином или купите что-то новенькое.





Наслаждаемся результатом



Не забудьте похвалить себя и отпраздновать, а затем... ставьте перед собой новые задачи.

Но даже если план не сработает и карьерная цель не будет достигнута на 100%, не расстраивайтесь: в жизни часто что-то идёт не так. Самое главное то, что вы действуете, значит, рано или поздно добьётесь своего.

