

Карьерная траектория или как управлять своей судьбой



Совсем немного теории :)

Жизнь общества и отдельного человека неразрывно связана с развитием. В обществе осваиваются новые технологии и сменяются культурные формы. Отдельный человек тоже меняется в течение жизни, приобретает новые знания и навыки, обретает материальные блага и формирует связи с другими людьми.

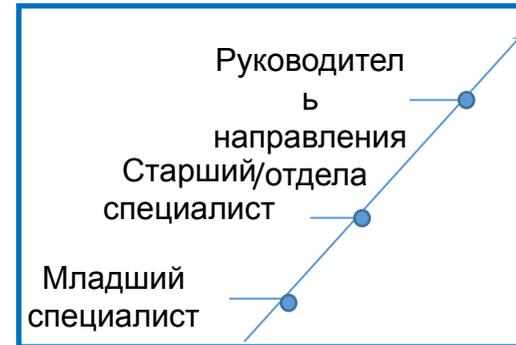
Карьера – одна из форм развития личности, профессионального развития.



2 основных вида карьеры

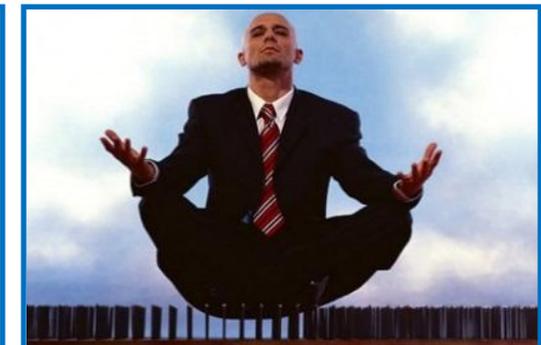
- **Вертикальная** – вы поднимаетесь вверх по управленческой лестнице, занимая руководящие позиции в области своей специализации.

Больше характерна для развития специалиста в организации



- **Горизонтальная** – вы развиваетесь как специалист, профессионал своего дела в рамках своей специальности

Больше характерна для развития в качестве индивидуального предпринимателя/независимого эксперта



Карьера = изменения

Карьера это изменение,
развитие, перемены в жизни.

Как любое развитие – карьера
меняет человека, его жизнь и
ближайшее окружение

А к чему Вы стремитесь в карьерном
развитии?



Перемен
Мы ждём перемен



Возможные цели в карьерном развитии...



Формируя свой позитивный образ карьеры полезно помнить ...

Не даром в своём происхождении слово «карьер» произошло от латинского carrus — телега, повозка, даёт нам понять карьера – не только блага, но также труд, ответственность и многое другое

Часто ожидания от карьеры как от наполненной радостью жизни сталкиваются с совсем иной реальностью

Карьер

Ожидания



Реальность



У карьеры как у медали – две стороны



Две стороны карьеры

Одна сторона карьеры	Другая сторона карьеры
Любимое дело, приносящее радость себе и пользу людям, Родине	Высокая интенсивность труда, имеющая риск профессионального выгорания и потери здоровья
Материальное благополучие и достаток	Сокращение свободного времени
Повышению социального статуса, личному и профессиональному авторитету	Профессиональная деформация
Саморазвитие, совершенствование личных и деловых качеств, сам процесс построения карьеры	Психологические перегрузки от обилия социальных контактов
Расширение сети контактов, общение с интересными людьми	Испытание «медными трубами» риски развития гордыни

Если трудности вас не страшат, тогда вперёд



В каких условиях мы делаем выбор в карьерном развитии?



Что нужно прежде всего для старта своего пути?

Главное – понять чего хотите именно Вы сами.

Учёные доказали – человек продуктивен в делах и счастлив тогда, когда его поведения и мысли соответствуют его глубинным желаниям и устремлениям («голосом души»).

В детстве мы были полностью цельными, жили и действовали в соответствии со своим внутренним миром. Развитие интеллекта, воспитание, и добровольное принятие установок общества заглушают «голос души» и мы улавливаем его едва ощутимо.



Намерение – осознанная готовность иметь и действовать

Когда происходит осознание и принятие того, что Вам действительно необходимо («голос души»), рождается намерение.

Поэтому чтобы начать движение к цели, мы уже располагаем всем необходимым.

Это необходимое и есть **намерение**.



Намерение, переходящее в действие, подтягивает к цели все компоненты профессиональной успешности



НАМЕРЕНИЕ!
Оно может все!!!

Возможности намерения

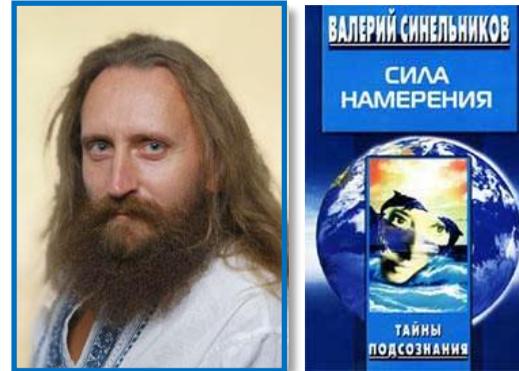
Намерение обладает большей силой изменять жизнь, чем принято считать.

Оно не только движет нашими действиями и придаёт сил, оно способно исцелять и управлять событиями жизни, которые, как обычно считаются от нас мало зависят.

На этом принципе построены многие современные методики управления жизнью:

- Система Валерия Синельникова (книга «Сила намерения»)
- Система Вадима Зеланда (книга «Трансерфинг реальности»)
- Система Джо Диспензы (книга «Сила подсознания»)

Валерий Синельников



Вадим Зеланд



Джо Диспенза



Как осознать своё призвание и найти дело по душе



Как услышать свой внутренний голос *

1. Мысленно вернитесь в своё детство. Чем вам нравилось заниматься? Что доставляло вам удовольствие — игры, хобби, спорт, внеклассная работа или школьные занятия? Припомните свои врождённые склонности. Вспомните, чем тогда вы могли заниматься часами, забыв обо всем на свете. За какими занятиями время летело стрелой? Запишите свои мысли.
2. Возьмите десять чистых листов бумаги. На каждом напишите: «Кто я?» А ниже на каждом листе дайте по одному ответу на этот вопрос. Закончив, просмотрите все десять листов и конкретизируйте то, что написали. Добавьте следующее; 1) почему вы это написали; 2) что волнует вас в этой фразе. Закончив с этим, пересмотрите и перегруппируйте листки в порядке убывания приоритета.



* Методики описаны в книге «Твоя бизнес-модель»: системный подход к построению карьеры (авт. Тим Кларк, Александр Остервальдер, Ив Пичье)

Использование



Составляющие профессиональной реализации

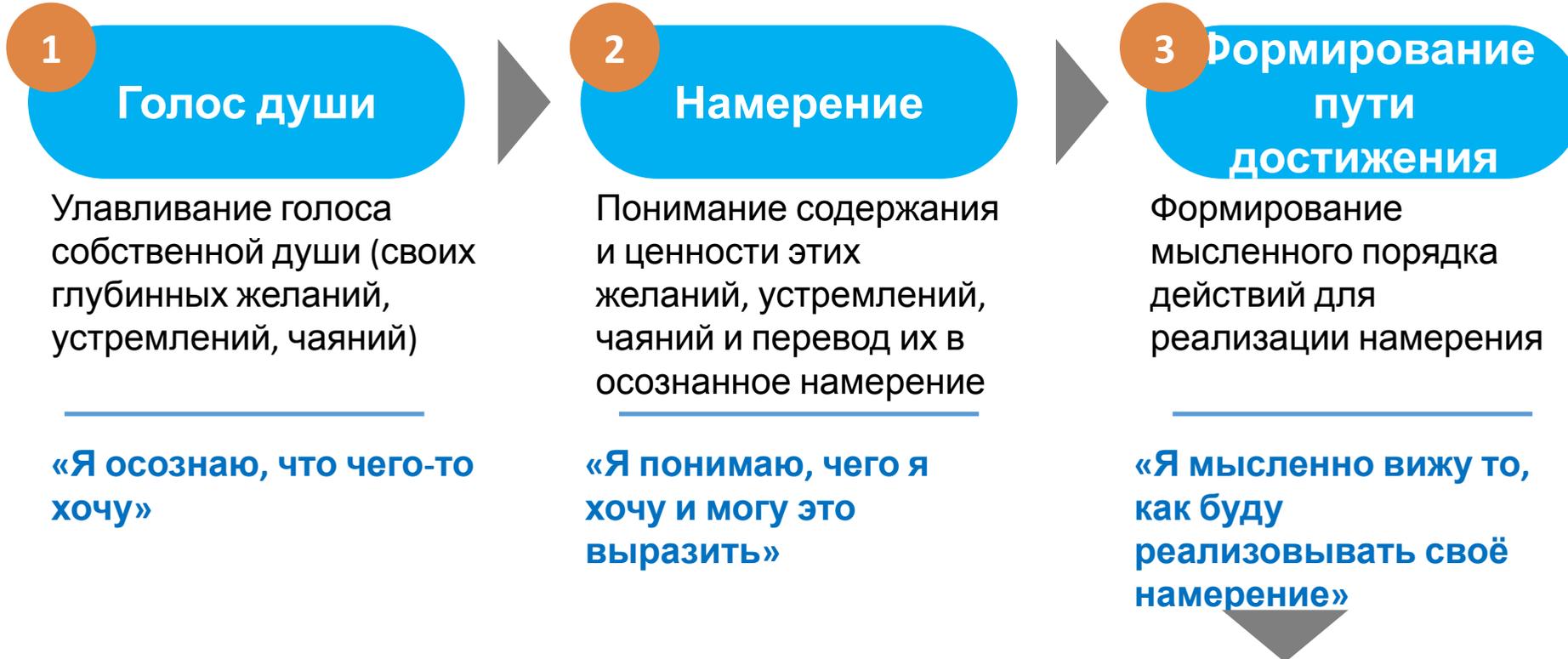


Икигай ([яп.](#) 生き甲斐, «смысл жизни») — японское понятие, означающее реализацию собственного предназначения в жизни.

Хорошо, когда в вашей самореализации объединяются:

- **Ваши сильные стороны** (профессиональных качеств) – то, что получается лучше всего
- **Увлечения/пристрастия** – то, что Вам нравится делать
- **Общественно-полезная деятельность** – то, что приносит пользу людям
- **Достойно вознаграждаемой деятельности** – то, за что достойно платят

Трансформация намерения в действие



- Выделение необходимых ресурсов
- Планирование времени
- Целенаправленное формирование сети профессиональных контактов

Какие качества наиболее ценны на современном рынке труда

Чтобы успешно влиться в поток жизни современной экономики, важно понимать к чему быть готовым.

По данным последних исследований, проведённых **Corporate Executive Board (CEB)**, современный бизнес ищет профессионалов, обладающие **10 навыками**, которые, на данный момент, являются определяющими среди топ-исполнителей.

1. Умение расставлять приоритеты
2. Умение работать в команде
3. Организационная осведомлённость
4. Эффективное решение проблем
5. Самосознание
6. Проактивность
7. Способность оказывать влияние
8. Эффективное принятие решений
9. Способность к обучению
10. Техническая смекалка



Трудности и их преодоление



Р.С. Балансировка сфер ЖИЗНИ

... и не забывайте, что кроме работы карьеры, в жизни есть другие



Если человек успешен в одном направлении, то этому способствуют какие-либо его личные качества, и именно эти качества помогут ему добиться успеха и в других направлениях

Послание самому себе через 1 год

Сформируйте для себя образ того, как Вы себя видите в профессиональном плане через 1 год.

Включите в данное послание:

- **Вашу ожидаемую профессиональную позицию** («через 1 год я буду: студентом, аспирантом, сотрудником компании (какой: название/отрасль), фриланс-специалистом»)
- **Ваш ожидаемый доход**
- **Ваши ожидаемые достижения** («за прошедший год я: принял участие в ...; разработал ...; достиг ...; развил;»)



BI TO BE

CONSULTING GROUP

Консалтинговая группа BI TO BE
Центральный офис

196084, Санкт-Петербург,
Московский пр. д.79а
тел./факс +7 (812) 677 5088
e-mail: info@bitobe.ru

Представительство в
ЦФО

г. Москва
+7 (495) 966 15 80
+7 (925) 628 49 91
s.lagutina@bitobe.ru

<http://www.bitobe.ru>