

## Живіть усвідомлено в часі

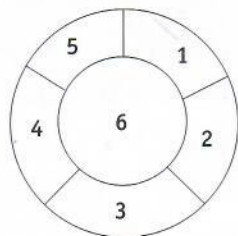
**Знаходьте час для важливих справ:**  
**роботи** – це умова успіху,  
**розмірковування** – це джерело сили,  
**гри** – це секрет молодості,  
**читання** – це підґрунтя знань,  
**дружби** – це умова щастя,  
**мрії** – це шлях до зірок,  
**кохання** – це істинна радість життя,  
**веселощів** – це музика душі.

Кожен менеджер володіє безліччю технічних прийомів, що ведуть до успіху, – інакше б він не зміг з дня на день упоратися з лавиною справ.

Розгляньте інвентарний опис свого часу з таких позицій, щоб виявити сильні боки і переваги Вашого особистого робочого стилю з метою систематичного їх розвитку. Послідовно застосовуйте у повсякденній практиці уже відомі Вам принципи самоменеджменту.

Щоденне вирішення різного роду завдань і розв'язання проблем можна подати у вигляді низки різних функцій, які знаходяться у певній взаємозалежності між собою і, як правило, здійснюються у певній послідовності (див. рисунок).

У зовнішньому колі означені такі п'ять функцій:



### 1. Постановка мети.

Аналіз і формування особистих цілей.

### 2. Планування.

Розроблення планів та альтернативних варіантів своєї діяльності.

### 3. Ухвалення рішень.

Ухвалення рішень щодо наступних справ.

### 4. Реалізація та організація.

Складання розпорядку дня і організація особистого трудового процесу з реалізації поставлених завдань.

### 5. Контроль.

Самоконтроль і контроль підсумків (у випадку необхідності – коригування цілей).

У внутрішньому колі розміщено додаткову функцію

### 6. Інформація і комунікації.

Навколо цієї функції «обертаються» решта функцій, оскільки комунікації як обмін інформацією необхідні в усіх фазах процесу самоменеджменту.

Окремі функції не йдуть суворо одна за одною, як це подано на рисунку, а різноманітно переплітаються.

Постановка мети має бути виражена у вигляді чітких намірів й точних формулювань наших явних і скритих потреб, інтересів, бажань чи завдань, а також зорієнтувати дії та вчинки на дані цілі й їх виконання.

Кожне підприємство передбачає постановку цілей. Цілі, крім того, є ще й масштабом для оцінювання досягнутого. Навіть найліпший метод роботи нічого не вартий, якщо Ви заздалегідь чітко й однозначно не визначите те, чого Ви хочете.

Цілі є «підбурювачами» наших дій, мотивами, що визначають нашу активність.

Цілі є уявленнями про майбутнє, для реалізації яких маємо щось зробити, бо інакше мета залишиться тільки благим побажанням.

Щоб поставити цілі, потрібно думати про майбутнє. Традиційне мислення в рамках приватних завдань здатне спричинити те, що Ви загубитесь у дрібницях. Мислення у масштабах цілей сприяє тому, що частковості підпорядковуються цілому: стає зрозумілим, в якому напрямку рухатися й яким має бути кінцевий наслідок.

Постановка цілей означає свідоме здійснення своїх дій відповідно до керуючої лінії чи орієнтира. Для самоменеджменту фундаментальне значення має усвідомлення того, куди хочемо прийти і куди потрапити не хочемо (тобто самовизначення), щоб не опинитися там, куди нас хочуть привести інші.

Передумова планування, а значить і успіху, полягає в точному знанні того:

**\* Що? \* Коли? \* В яких масштабах?**

необхідно досягнути.

Постановка мети є безумовною передумовою планування, ухвалення рішень та щоденної роботи.

Щоб чогось досягнути і мати успіх, необхідно витратити на це час та кошти. Потрібні певні методи й ретельна диспозиція, щоб за можливістю добре й в прийнятний час досягнути поставленої мети:

- ✓ Які цілі Ви хочете досягнути?
- ✓ Чи узгоджуються вони між собою?
- ✓ Чи існують, так звана вища мета, і певні проміжні цілі на шляху до головної?
- ✓ Чи знаєте, що Ви самі можете зробити для цього (сильні боки) і над чим Вам ще потрібно працювати (слабкі боки)?

### Досягніть ясності мети!

Це, безумовно, основна передумова успіхів у праці та в житті!

Знайти особисті життєві цілі й дати їм визначення означає надати своєму життю напрямок. Внаслідок цього Ви зможете втілити у дійсність свої власні цінності.

Процес постановки цілей охоплює три фази:

**I. Визначення мети:** чого я хочу?

**II. Ситуаційний аналіз:** що я можу?

**III. Формулювання цілей:** до чого я конкретно приступаю?

### Точно опишіть те, чого Ви конкретно хочете досягнути!

Письмова реєстрація сприяє тому, що часто-густо фіксуються більш-менш сміливі уявлення та бажання. У такий спосіб Ви призвичаїтеся займатися своїми цілями та уточняти їх. У письмовому вигляді цілі до того ж візуально зберігаються і менш піддаються небезпеці забуття.

Якщо Ви чітко визначите свої цілі, то вони автоматично набувають обов'язкового характеру: зафіксовані на папері, вони спонукають до перманентного аналізу, перевірки ще раз та ревізії.

Визначення особистих цілей може здійснюватися за допомогою таких чотирьох ступенів:

1. Розроблення загальних уявлень про життєві спрямування.
2. Диференціація у часі життєвих цілей.
3. Розроблення провідних уявлень в професійній сфері.
4. Інвентаризація цілей.

Дуже важливо виявити, що собою являють Ваші «життєві лінії», які визначають Ваше існування, а також Ваші бажання, до здійснення яких будете прагнути у найближчі роки.

Навіть цілі, що спочатку здаються утопічними, можуть стати стимулами й орієнтирами Вашої наступної роботи та подальшого життя.

**Цілі на найближче й віддалене майбутнє можна подати так:**

- \* **Довгострокові життєві цілі**, провідні орієнтири тощо. (Чого Ви хочете досягнути у цьому світі, у житті?)
- \* **Середньострокові цілі**. (Чого Ви прагнете досягнути у найближчі 5 років?)
- \* **Короткострокові цілі** (Чого Ви будете добиватися в найближчі 12 місяців?)

### **Виділіть свої професійні орієнтири!**

Чим би найрадніше усього займалися у професійному відношенні?

Якщо б могли вільно обрати службове становище, функцію, звання, галузь, організацію, підприємство чи інститут, ким би були?

Ваш **професійний орієнтир** є ключем до професійного і особистого успіху:

- ✦ **Посилює мотивацію трудових досягнень**
- ✦ **Спрямовує у певне русло активність, професійні спрямування та рішення під час вибору професії**
- ✦ **Є керівництвом для наступного виконання Ваших службових обов'язків**

Визначте найважливіші життєві цілі й цілі кар'єрні, які хочете досягнути, та викладіть їх письмово.

При цьому думайте і про ті свої бажання та юнацькі мрії, які могли би бути реалізовані за допомогою істотних одночасних витрат часу і фінансових коштів (наприклад, здійснити кругосвітню подорож, прожити півроку на острові у теплом морі тощо). Якщо ці цілі Ви збережете під рубрикою «*Те, що я ще хочу здійснити*», то подібні сміливі бажання стануть конкретнішими і будуть підґрунтям Вашого плану на пізніший період життя.

Своїм уявленням про цілі Ви надасте тим самим «визивний» характер, що спонукає нарешті їх якимось реалізувати.

Кожна мета має сенс лише тоді, коли установлено терміни втілення й сформульовано бажані наслідки. Сформулюйте тепер їх щодо своїх бажаних і практичних цілей та перевірте свої плани з погляду на те, наскільки вони реалістичні.

Критерії установлюєте Ви!

Не забувайте також про самоосвіту, про підвищення рівня знань і кваліфікації, про свою культурну освіту (мандрівки, участь в культурних заходах тощо).

Не беріть на себе надто багато, оскільки нереальні завдання мають мало шансів бути виконаними. Чим більше цілей Ви поставите, тим більше знадобиться змінювати у Вашому житті, тим більше необхідно розвивати активність. Для формулювання практичних цілей у професійній сфері потрібні інформація з перших рук та вміння орієнтуватися у питаннях, що стосуються підприємств, галузі та ринку.

Тут важливу роль матимуть Ваша професійна самоосвіта, нагромадження спеціальних знань і ділового досвіду.

«*Думати цілями*» – значить поставити часткове на службу великому цілому.

З'являється знання того, у якому напрямку йти і якого кінцевого наслідку потрібно досягнути.

## Корисна інформація про ПАРАСОЛЬКУ

**Дизайнери вважають, що кількість парасольок у гардеробі сучасної жінки має відповідати кількості пар взуття.**

Коли дощить, піднести настрій може стильна й яскрава парасолька. Фаворити цієї осені – однотонні парасольки й з принтами.

Особливо шикарними є двошарові (з верхом і підкладкою з різних за фактурою тканин), а також поєднання монохромного верху із яскравою підкладкою із зображенням тварин, героїв веселих мультиків чи карти зіркового неба.

Як і раніш, модними є парасольки у горошок, «під леопарда», картаті й з квітковим орнаментом.

Дизайнери вирішили відмовитися від звичної круглої форми на користь квадратів, трикутників, сердець.

Продовжуючи ідею популярних прозорих парасольок, у цьому сезоні з'являться вироби з високим куполом та яскравими принтами. Французи ж вирішили усіх здивувати парасолькою, яка у закритому вигляді нагадує пуп'янок троянди.

У нинішньому сезоні популярні парасольки з вишивкою та стразами, а також з об'ємними штучними квітами зверху купола.

Цієї осені модний олімп завоювали парасольки з романтичним мереживом – однотонні й контрастні за кольором, які не лише захистять від дощу, а й додадуть елегантності.

Отже, мерщій за модною парасолькою, вибрати яку Вам допоможе знання



### **5 правил гарної парасольки**

1. Її каркас має бути виготовлений з міцної сталі, а спиці – утворювати купол правильної форми (чим більша кількість спиць, тим краще).
2. Шви на тканині мають бути щільними й акуратними.
3. Перевірте, чи міцно прикріплена ручка до спиць.
4. Коли відкриваєте парасольку, погляньте, наскільки якісно натягнута тканина на спицях.
5. Кілька разів відкрийте та закрийте парасольку, щоб перевірити дію її механізму.