

Карьера в жизни человека

Цикл семинаров

МБДОУ «Детский сад № **2»** Ирбит, 2020 г.

Содержание:

- 1. Что такое карьера, место карьеры в жизни человека.
- 2. Модель «карьера-работа».
- 3. Модель деловой жизни человека.
- **4.** Модели построения карьеры и личные стимулы (Якоря карьеры).
- 5. Этапы жизни и карьеры человека.
- 6. Карта карьеры.

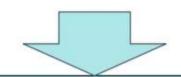
Карьера - это траектория, вектор движения, путь

Определения

- В широком смысле: Карьера (итал. carriera бег, жизненный путь, поприще, от лат. carrus телега, повозка) цепь событий, которая составляет жизнь, последовательность профессиональных занятий и других жизненных ролей, которые вместе выражают приверженность человека действовать в соответствии с его обобщённой моделью саморазвития.
- В узком смысле: Карьера это результат осознанной позиции и поведения человека в области трудовой деятельности, связанный с должностным или профессиональным ростом.

Профессиональная карьера

Рост знаний, умений, навыков



Специализация

Углубление в одной линии движения

«Один раз и на всю жизнь»



Мульти специализация

Расширение, получение новых умений и навыков

«Универсалы»

Современная тенденция!

Внутриорганизационная карьера

Траектория движения в организации

Вертикальная карьера





Горизонтальная карьера

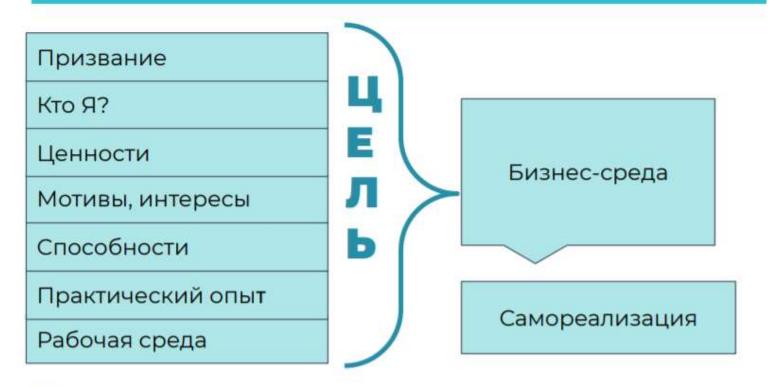
Центростремительная карьера



Место карьеры в жизни человека



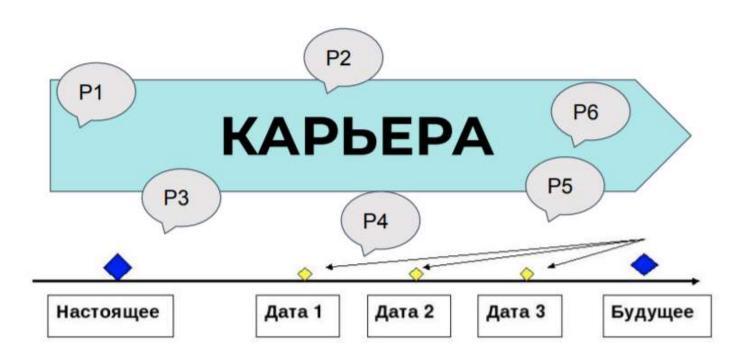
Модель деловой жизни



Аутентичная модель – осознанный профессиональный путь, который опирается на собственную индивидуальность, знание своих талантов, ценностей, стремлений, даёт полноту жизни, радость самореализации, успех.

Модель «карьера-работа»

Работа — это конкретная оплачиваемая деятельность.



Проблемы в профессиональной карьере

- ▶ Не знаю, какая профессия соответствует моим способностям.
- Хочу найти баланс между делом, которое хорошо получается, и тем, что мне нравится.
- ➤ Хочу построить карьеру и вывести доход на новый уровень.
- ▶Достиг «потолка», хочу выбрать дальнейшее направление
- ▶ То, чем занимаюсь, не нравится и/или надоело, не вижу перспектив развития.
- ▶ Меняю места работы, но не развиваюсь.
- ≽ «Выгорание», хочу сбалансировать работу и личную жизнь.
- > Хочу сменить сферу деятельности, индустрию, не знаю, с чего начать.
- Ищу деятельность, которая позволит реализовать свой потенциал...

Упражнение **«Размышляем о своей работе»**

- **Цель упражнения:** Получить первый комплексный взгляд на свою работу (деятельность).
- Инструкция для выполнения:

Ниже приведен список вопросов, на которые вам необходимо дать ответ. На вопросы необходимо отвечать именно так, как вы это понимаете. Будьте максимально честными перед собой.

- 1) Работа для меня это...
- 2) Кто я в своей профессии?
- 3) Почему я занимаюсь этой деятельностью?
- 4) Что это мне дает?
- 5) Какой смысл в том, чем я занимаюсь?
- 6) Что я отдаю, занимаясь этим?
- 7) Что я получаю, занимаясь этим?
- 8) Как моя работа соотносится с моей карьерой
- 9) Чем бы я занимался, если бы не занимался тем, что делаю сегодня?

Две основные модели карьеры

Модель	Характеристика
«Человек иерархический» Вертикальная	Стремится занять в организации более высокое положение, считает, что недостаток возможностей и ресурсов не позволяет ему реализовать свои планы.
«Человек профессиональный» Горизонтальная	Акцентирует внимание на индивидуальной деятельности, имеет высокий уровень запросов, осведомлённости, сознательности и восприимчивости, развивает в себе способность к систематическому непрерывному обучению, нуждается в ощущении причастности к делам организации, в демократическом стиле управления.

Личные стимулы карьеры • «Якоря карьеры» — это ценностные ориентации, социальные установки, интересы и т.п. социально обусловленные побуждения к деятельности, характерные для определённого человека.

Характеристика этапов жизни

- 1 этап (0-7) активное изучение мира, принятие себя;
- 2 этап (8-14) установление отношений, любовь, дружба;
- **3 этап (15-21)** формирование самостоятельности, границ, бунт, выбор профессии и карьеры;
- **4 этап (22-28)** поиск своего места, дела, партнёра в жизни, активное развитие;
- 5 этап (29-35) создание очага, соединение предназначения с работой;

35 лет — Кризис среднего возраста! Если модель жизни построена неверно — разводы, увольнения, депрессия, болезни;

- 6 этап (36-42) познание философии жизни, способность видеть корень проблем, новая модель жизни, успех!
- 7 этап (43-49) одухотворение своей жизни, осознание смысла, «сохранение» карьеры;
- **49**+ мудрость, наставничество, духовное развитие.

Характеристика этапов карьеры

- Предварительный (до 25 лет) обучение и поиск сферы деятельности. Потребности: безопасность, социальное признание. (4 этап жизни)
- **Становление** (до **30** лет) освоение выбранной профессии и приобретение специфических навыков и знаний. Потребности: социальное признание, независимость. **(4-5 этапы жизни)**
- Продвижение (до 45 лет) продвижение по служебной лестнице, дальнейшее совершенствование. Потребности: социальное признание, самореализация. (6 этап)
- **Сохранение** (до 60 лет) пик совершенствования квалификации. Удержание социального признания. (**7 этап и далее**)
- Завершение (после 60 лет) завершение работы, подготовка к выходу на пенсию. Подготовка к переходу на пенсию, поиск и обучение собственной смены.
- Пенсионный (после 65 лет) смена деятельности после выхода на пенсию. Поиск самовыражения в новой сфере деятельности.

Этапы карьеры: карта карьеры



Кризисы карьеры

- Первый кризис 23-25 лет. Кризис ожиданий
- Второй кризис 32- 33 года. Кризис своего места
- Третий кризис 39-42 года. Кризис ценностей

Слово КРИЗИС на китайском





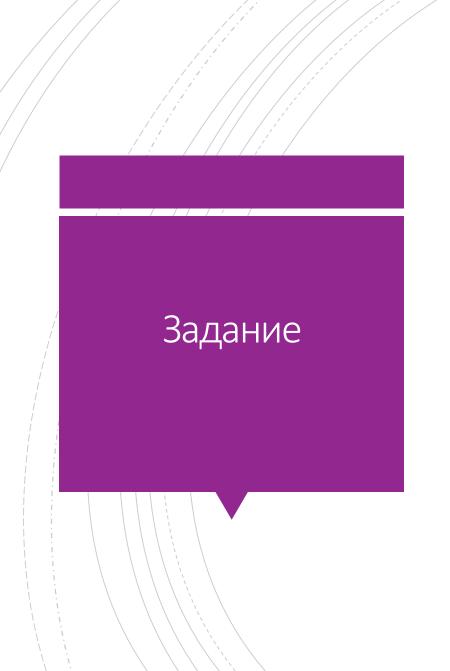


«благоприятная возможность»

Только от Вас зависит, какой вариант для преодоления кризиса выбрать!

Выводы

- Карьера одна из значимых сфер жизни человека, является деловой стратегией. Это траектория, путь, вектор развития и самореализации.
- Самореализация возможна только при условии формирования аутентичной модели деловой жизни.
- Работа и карьера это разные понятия. Работ может быть много, траектория развития, как правило, одна, проходящая через всю жизнь человека.
- Существует 2 основных модели построения карьеры – вертикальная и горизонтальная. Они соответствуют психотипу человека.
- Этапы карьеры связаны с этапами жизни. Для каждого этапа есть свои цели и задачи.
- Важно учитывать периоды карьерных кризисов– особая зона риска.



- 1. Составить свою карту карьеры.
- 2. Написать эссе «Что такое счастье»

План работы на следующей встрече

- 1. Особенности карьерных кризисов
- 2. Влияние уровней сознания на профессиональную успешность
- 3. Влияние типов мировоззрения и уровня энергии на профессиональную успешность.

Список рекомендуемой литературы для самостоятельного чтения

- 1. Александр Рэй "Предназначение"
- 2. Дж. Нардонэ, П. Вацлавик" Искусство быстрых изменений"
- 3. Вольфгарт Берг "Карьера-суперигра. Нетривиальные советы на каждый день"
- 4. Тимоти Голви "Работа как внутренняя игра. Фокус, обучение, удовольствие и мобильность на рабочем месте"
- 5. В. Зиммерль, К. Зиммерль Ричард Кох "Успех по принципу 80/20. Как построить карьеру и бизнес, используя ваши лучшие 20%"
- 6. Ричард Кох «Сила упрощения. Ключ к достижению феноменального рывка в карьере и бизнесе»