

Кристина Лемайте

**Как сделать карьеру,
или Психология общения
на работе**



Кристина Лемайте
Как сделать карьеру, или
Психология общения на работе

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=165533

Аннотация

Данная книга – настоящая находка для карьериста, желающего преуспеть в жизни. Она содержит интересные и в то же время реально выполнимые советы по поводу того, как выгодно изменить свой социальный статус. Кроме того, издание подробно рассматривает психологический аспект карьерного вопроса и дает читателю ряд способов преодоления проблем, связанных с различными сторонами жизни, с которыми непременно столкнется человек, решивший покорить карьерную цитадель.

Книга рассчитана на массового читателя.

Содержание

Введение	4
Раздел I	5
Предисловие к разделу	5
Глава 1	6
Тест	11
Глава 2	15
Глава 3	19
Глава 4	24
Глава 5	29
Раздел II	34
Предисловие к разделу	34
Тест	34
Ключ	36
Глава 1	37
Глава 2	42
Глава 3	48
Начни карьеру с утренней улыбки	48
Девиз карьериста: быть в спортивной форме	54
Конец ознакомительного фрагмента.	57

Кристина Лемайте

Как сделать карьеру, или Психология общения на работе

Введение

Мысли о карьере занимают представителей современного общества все больше и больше. Если раньше карьерный рост считался прерогативой мужчин, то в настоящее время большинство женщин также стремятся достичь профессиональных высот. Это отражение современной действительности находит выход во всем. Люди стараются выполнять свою работу более качественно и оперативно. Однако всегда ли это является прямым залогом успеха? Психологи и социологи уже достаточно давно занимаются изучением такой проблемы, как карьера, и исследованием всего, что с нею так или иначе связано. Что ж, это только доказывает ее необходимость и важность в нашей сегодняшней жизни.

Когда человек приходит на новое место работы, он первоначально вряд ли думает о том, как сделать карьеру. Конечно, бывают и исключения, однако в целом картина выглядит именно так. Новичок привыкает, старается произвести хорошее впечатление, как говорят, влиться в коллектив. Он также осваивает принципы работы предприятия или учреждения, познает различные тонкости. Но оказывается, что все это напрямую влияет на потенциал карьерного роста. То, как человек ведет себя с самого начала, какое впечатление он производит, оказывает немалое влияние на профессиональную судьбу работника. И, значит, он и сам может повлиять на нее, повернув колесо фортуны так, как это его устраивает.

Все это и еще многое другое мы постарались выразить в данной книге. В ней вы найдете практические советы по тому, как лучше выглядеть и вести себя на работе, чтобы вас заметили и оценили. Поскольку данная книга психологического характера, в ней вы найдете множество размышлений на тему, чем вообще является карьера для людей.

Надеемся, что книга понравится широкому кругу читателей. Собственно говоря, именно на это она и рассчитана. Люди, уже долгое время занятые своим продвижением, смогут почерпнуть из данного издания новую и полезную информацию, а те, кому еще только предстоит знакомство с профессиональной жизнью, смогут создать своеобразную базу, которая впоследствии облегчит их вступление в деловую жизнь. Мы постарались собрать все сведения, необходимые тому, кто поставил перед собой цель сделать карьеру. Желаем удачи в вашем начинании!

Раздел I

Философия карьериста

Предисловие к разделу

Долгое время в нашей стране слово «карьерист» считалось чуть ли не ругательством. Так нередко называли людей, которые ради продвижения по служебной лестнице могли переступить даже через друзей. Сейчас все изменилось. Успешно строить карьеру стало совсем не зазорно, наоборот, существует множество самых разнообразных пособий, выпущенных в помощь начинающим карьеристам. Ведь эта проблема затрагивает множество областей нашей жизни. Если, к примеру, вы не научитесь правильно взаимодействовать с людьми, то, каким бы ценным специалистом в своей сфере вы ни были, едва ли сможете преуспеть в построении карьеры. Все больше людей приходят к выводу, что совсем не просто продвинуться по служебной лестнице и, как и другому делу, этому нужно учиться. Поговорим именно об этом.

Глава 1

Портрет современного карьериста, или заповеди молодого «специалиста»

Современный человек стремится добиться успеха во всем, а тем более в построении карьеры. Во все времена деловой мир предъявлял свои требования к тому, кто пытался покорить его. И сейчас мы поговорим о том, кто же это такой – современный карьерист.

В представлении обычного человека карьерист – это тот, кто постоянно занят только работой, отодвигает какие-то личные дела ради выполнения более важного, а именно дела. Но это несколько неправильное представление. На самом деле молодой специалист совсем не похож на трудоголика-фаната, но есть ряд признаков, которые не только позволяют его распознать, но и помогают ему самому в достижении своих целей.

Очень долгое время людей, стремящихся достигнуть высот на профессиональном поприще, считали беспардонными прыгунами по головам, беспринципными и бесчеловечными машинами, любимчиками начальника, да и вообще, непонятно откуда взявшимися выскочками, которых нужные люди почему-то считают талантливыми специалистами и примерными работниками.



Как правило, такие взгляды присущи категориям работников, живущим и работающим под девизом: солдат спит, а служба идет. Они предпочитают отодвигать дела в долгий ящик, надеясь, что с течением времени они как-нибудь сами рассосутся естественным путем, и в глубине души полагая, что необходимый минимум задач, выполненных ими, вполне должен устраивать начальство. И именно поэтому чья-то оживленная деятельность приводит их в недоумение.

На самом деле гораздо легче осуждать и завидовать человеку, который пытается выбиться из простого «солдата» в «генералы», чем трезво смотреть на данную проблему и стараться действовать подобным же образом.

Спешим заверить тех, кто не раз сталкивался с такой ситуацией, что люди, подходящие под классификацию «карьериста», не обманым путем добиваются положения в фирме и не за красивые глазки, хотя такое развитие событий далеко не редкость в нашей жизни. Но мы не о них. Ведь случаются иногда исключения, и кресло начальников занимают люди, хотя бы немного разбирающиеся в делах своей организации. Поэтому выделять и продвигать по служебной лестнице они предпочитают тех, кто внушает им доверие, не раз доказывал свою состоятельность и, естественно, готов в любое время суток служить на благо фирмы. И удивительного в этом ничего нет. Стоит только вспомнить старую русскую пословицу, говорящую о пользе труда, без которого невозможно извлечь рыбку из водоема.

Итак, настало время рассказать о тех качествах, которые определяют портрет настоящего карьериста. Первое и самое главное из них – это умение разумно тратить свое время. Это то необходимое положение, от которого зависит многое. Правильное распределение времени позволяет успевать вовремя выполнять порученную работу, заниматься личными делами, а также делать что-то сверх нормы.

Молодой карьерист составляет расписание дня на неделю, поскольку от точного распределения времени будет зависеть не только его личная жизнь, но и успешное продвижение по службе. Не удивительно, если однажды, придя к нему в дом, вы увидите большой плакат, висящий на зеркале в прихожей, на котором написано расписание дел на неделю.

Кстати, нужно отметить, что подобное расписание карьерист составляет в конце каждой недели. И если присматриваться к такому человеку, можно заметить, что за относительно короткий промежуток времени он успевает побывать в самых разных местах: сегодня он в Москве, завтра – в Марселе, а через два дня снова на своем рабочем месте. Подобный образ жизни не кажется странным, поскольку это всего лишь следствие правильного распределения своего времени.

«Хоть поверьте, хоть проверьте...»

Пример величайшего русского ученого Михаила Васильевича Ломоносова наглядно показывает, как человек, стремящийся к карьере, продвигается к своей цели. Он неуклонно шел вперед, не стесняясь своей неграмотности, и достиг желаемого совершенства.

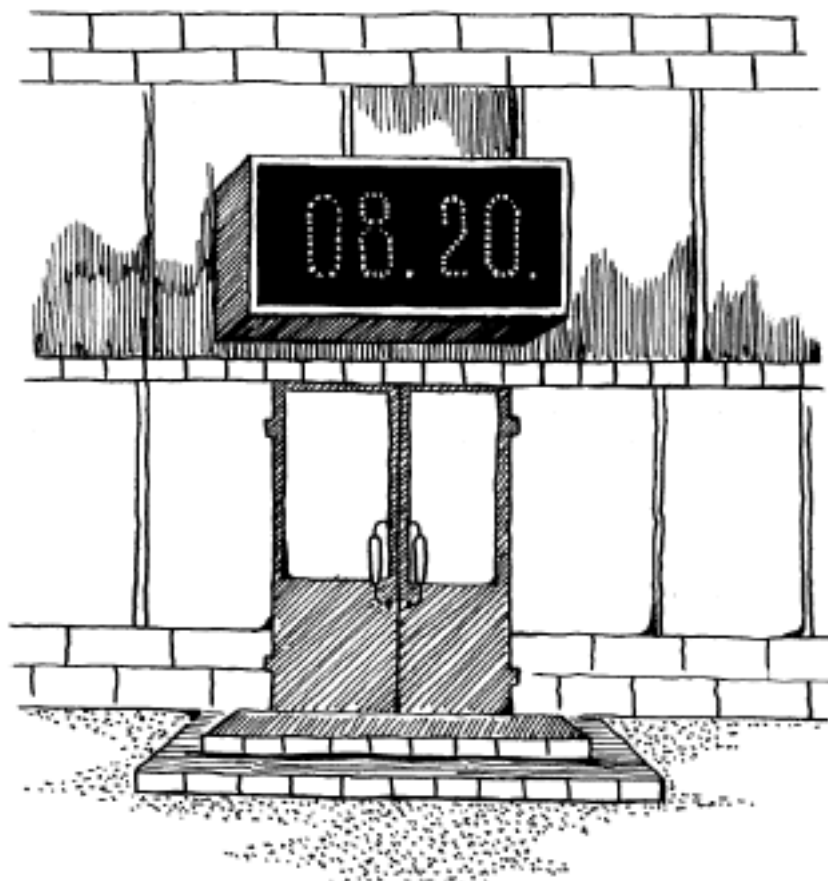
Второй признак молодого карьериста – это пунктуальность. Как вы поняли, это качество тоже вытекает из умения правильно организовывать свой рабочий день. Наш герой умеет всегда и везде успевать. Если руководство ставит перед ним задачу, выполнение которой зависит от своевременного появления, пусть это даже будет в три часа ночи, он обязательно оправдает надежды начальства.

Или, допустим, начальник на очередном совещании попросил специалиста выполнить отчет по прибывшей продукции к определенному сроку. Весьма вероятно, что любой сотрудник постарается оправдать пожелания руководства, но это совсем не означает, что он не будет спать ночами, лишь бы сдать работу в срок, хотя уверен, что шеф вовсе не будет возмущен таким отношением к делу. Но карьерист посчитает своим долгом сделать все возможное, чтобы не только вовремя предоставить боссу отчет, но и сделает так, чтобы его работа была как можно более качественной и эффективной.

Карьерист никогда не опаздывает на работу и никогда не уходит со службы раньше других, никогда не откладывает дела на потом, а также никогда не отказывается от сверхурочных.

При всей своей занятости молодой карьерист всегда выглядит подтянуто и опрятно. Его костюм всегда хорошо выглажен, галстук затянут. Даже если ему придется провести ночь в офисе за срочной работой и возможности привести себя в порядок и отдохнуть не будет никакой, он обязательно постарается сделать все для того, чтобы выполнить золотое правило – ни при каких обстоятельствах не появляться на рабочем месте в неопрятном виде.

Для таких непредвиденных моментов карьерист держит у себя в кабинете джентльменский набор: дежурный костюм, зубную щетку, одеколон и т.д., – который и выручит его в трудную минуту.



Помимо всего прочего, этот человек наделен отличной силой воли, которая помогает ему с честью выходить из проблемных ситуаций. Ведь зачастую бывают такие моменты, когда общее настроение коллектива становится не очень доброжелательным, и общение с сотрудниками напоминает скандал. Вот в такие минуты выдержка и самообладание приходится как нельзя кстати.

Человек, стремящийся сделать карьеру (в хорошем смысле этого слова), будет одинаково лояльно и доброжелательно относиться к своим коллегам, всегда найдет теплые слова, окажет посильную помощь, но в то же время никогда не переступит той грани, которая стоит между работой и личным.

К примеру, наш герой должен заниматься подбором кадров. И на очередном интервью он встречает человека, с которым был хорошо знаком, но его личное отношение к этому приятелю не очень радужное. Как бы ни хотелось карьеристу отыграться, тем более что и повод есть, и возможности, но, увы, приходится отделять свои личные мотивы от общих интересов фирмы. Карьерист обязан отложить решение своих личных проблем ради блага фирмы.

Но не стоит думать, что молодые карьеристы – все сплошь и рядом трудоголики и света белого не видят из-за работы. Дело обстоит далеко не так просто. Как мы уже говорили, основное качество карьериста – это умение правильно использовать свое время; значит, следуя этому правилу, наш герой с легкостью находит возможность отдохнуть, когда это требуется.

Следующее и тоже немаловажное положение – это внешность молодого специалиста, пытающегося добиться высот на профессиональном поприще.

В недалеком прошлом психологи проводили специальный опрос студентов одного из вузов, где всем задавался один вопрос: как вы представляете себе современного карьериста? Большинство опрошенных описывали такого книжного червя, который носит большие и страшные очки и маленькие усики.

Но как оказалось, внешность современного карьериста далеко не всегда соответствует нашим стереотипам.

Выше мы уже говорили о «золотом правиле» карьериста. И надо сказать, что к своему внешнему виду этот человек относится так же серьезно, как и к работе.

Выявить карьериста в большинстве случаев можно именно по его внешнему виду. Как правило, работники солидных компаний предпочитают деловой стиль в одежде, поскольку должны постоянно посещать деловые брифинги, слеты, ездить на встречу с партнерами и клиентами, а в успешном деловом общении безупречный внешний вид играет практически главную роль. Ведь если человек хорошо одет, он чувствует себя гораздо увереннее и спокойнее, а это, в свою очередь, производит благоприятное впечатление на *vir*-партнеров, что, естественно, сказывается на результате и на мнении руководства.

Памятка карьериста

Нужно использовать любую возможность, открывающую перед вами новые знания. Постоянное совершенствование является одним из основополагающих условий того, что продвижение по социальной лестнице не пройдет мимо вас.

Итак, мы выявили еще один фрагмент общей картины под названием «портрет молодого карьериста», так называемый фейс-контроль. Следующим штрихом к нашему портрету будет умение общаться. Ни один начинающий карьерист не сможет добиться настоящего успеха без знания правил хорошего тона, культуры речи и делового этикета. Это своего рода еще одна заповедь молодого карьериста, отказаться от которой он не имеет права.

Что же должен знать молодой сотрудник? Во-первых, уметь вести деловую беседу даже в том случае, если не успел ознакомиться с предметом разговора. Также в его обязанности входит разбираться в том, когда, кому и что можно говорить, а когда нет.

Более того, этот человек просто обязан быть эрудированным, чтобы его партнер смог убедиться в том, что с ним общается не просто мальчик на побегушках, говорящий только то, что ему было приказано, но и взрослый человек, с которым просто приятно пообщаться. (Это умение, кстати, необходимо еще и для того, чтобы суметь увлечь клиента непринужденной беседой, чтобы в дальнейшем получить от него то, что необходимо руководству.)

Во-вторых, карьерист должен не только много знать, но и правильно говорить. В данном случае мы имеем в виду расстановку ударений в словах, четкое произношение и т. д. Представьте себе ситуацию, когда вы договариваетесь о встрече по телефону с солидной фирмой, а с вами начинает вести беседу некто с сильным рязанским выговором. Конечно, каждый говорит так, как может, но в мире деловых людей не принято делать скидок никому. И это нужно учитывать.

Собственно говоря, это и есть составляющие общего портрета. Осталось только выделить основные заповеди, которые должен знать и исполнять молодой карьерист.

1. Прежде чем вы войдете в помещение, где вас дожидается партнер, босс, коллега и т.д., необходимо постучать в дверь. Это позволит вам избежать возможного конфуза, а также вы сможете рассчитывать на отзывы о своей персоне как о человеке тактичном.

2. Кто бы к вам ни приходил, а тем более если вы встречаетесь с кем-то, вы обязаны четко назвать свое имя и должность. Пусть даже человек, с которым у вас назначена встреча, уже имел счастье вас видеть, но это совершенно не означает, что он запомнил ваше имя. Поэтому представляться лучше первым, чтобы избавить собеседника от неприятных минут.

3. Как бы ни говорилось в рекламном ролике о пользе жевательной резинки для полости рта, лучше, если вы будете заботиться о своем здоровье в более спокойной обстановке, чем работа. Ни в коем случае не стоит жевать резинку во время деловой встречи или совещания у начальника, даже если вы провели трое суток, не выходя из своего кабинета, и не смогли почистить зубы. Деловой этикет есть этикет, и соблюдать его необходимо. Помните о том, что вы находитесь в серьезном учреждении, а не на рынке.

Наука нам поможет

Научные исследования показали, что руководители склонны прощать сплетни, распространяемые сотрудниками женского пола, но вот к мужчинам-сплетникам они относятся не лучшим образом.

4. Старайтесь отвечать на вопросы прямо, четко и коротко. Помните о том, что деловой человек не имеет достаточно времени, чтобы тратить его на выслушивание, возможно, бесполезных для него предложений. И за то время, которое согласились вам выделить, вы должны не только изложить свои предложения, но и успеть ответить на вопросы, которые могут возникнуть, при этом сделав так, чтобы у вашего собеседника не пропал интерес к делу сразу же после первой вашей фразы.

5. Избегайте сленга и, естественно, ненормативной лексики хотя бы на рабочем месте.

6. Не упоминайте на работе о личных, семейных и финансовых проблемах, потому что по большому счету ваши проблемы вряд ли интересны вашим коллегам и руководству (у каждого ведь есть свои), тем более что начальство предпочитает продвигать по службе людей, не имеющих проблем, а следовательно, их не создающих.

7. Избегайте разговоров о политике, религии, сексе. Возможно, ваш начальник придерживается иной религии или имеет нетрадиционную ориентацию, и ваши высказывания могут ему просто не понравиться.

8. Не отзывайтесь плохо о предыдущем работодателе и бывших коллегах. В глазах нового коллектива вы рискуете показаться человеком недалеким, способным то же самое говорить о настоящем окружении. Такие речи будут отрицательно сказываться на вашей репутации.

9. Последнее и самое главное правило: улыбайтесь, будьте доброжелательны, что бы ни случилось.

Тест

«Перспективы вашей карьеры»

Тест состоит из 27 пунктов, в каждом из которых представлены три варианта ответа, соответствующие трем основным направлениям личности. Вы должны выбрать один из предложенных вариантов, наиболее близкий вашему пониманию проблемы.

При помощи теста вы сможете выявить следующие направленности своей личности:

1. Направленность на себя (обозначаемая в дальнейшем Я): ориентация на прямое вознаграждение и удовлетворение без учета работы и сотрудников, проявление агрессии

при достижении желаемого статуса, властность, склонность к соперничеству, раздражительность, тревожность, интроверсивность.



2. Направленность на общение (обозначаемая в дальнейшем О): стремление человека в любых условиях поддерживать отношения с людьми, ориентация на совместную деятельность, которая часто совершается в ущерб выполнению конкретных задач или оказанию помощи нуждающимся, а также ориентация на социальное одобрение, зависимость от группы, потребность в привязанности к кому-либо, в эмоционально насыщенных взаимоотношениях с окружающими людьми.

3. Направленность на дело (обозначаемая в дальнейшем Д): заинтересованность в решении деловых проблем выступает на первый план относительно заинтересованности прочими делами, стремление выполнить работу как можно лучше, ориентация на деловое сотрудничество, способность отстаивать в интересах дела собственное мнение, которое может быть полезно для наибольшей успешности в достижении общей цели.

При ответе на поставленные вопросы старайтесь быть максимально честными. Среди предлагаемых ответов нет правильных и неправильных, поэтому, вместо того чтобы тратить время на угадывание верного варианта, просто выберите то, что вам по душе. Исправление уже помеченного пункта не допускается.

1. Наибольшее удовлетворение я получаю от:

- а) одобрения моей работы;
- б) осознания того, что работа сделана мною хорошо;
- в) осознания того, что меня окружают хорошие друзья.

2. Если бы я играл в футбол или другие командные игры, я хотел бы быть:

- а) тренером, который разрабатывает тактику игры;
- б) известным игроком;
- в) выбранным капитаном команды.

3. По-моему, лучшим педагогом является тот, кто:

- а) проявляет интерес к ученикам и подходит к каждому из них индивидуально;
- б) умеет вызвать интерес к предмету;
- в) создает уютную атмосферу в коллективе.

4. Мне нравятся, когда люди:

- а) радуются проделанной работе;
- б) получают удовольствие от существования в данном коллективе;

в) стремятся сделать все лучше других.

5. Я хочу, чтобы мои друзья были:

а) отзывчивыми и всегда помогали;

б) верными и преданными мне;

в) умными и интересными людьми.

6. Лучшими друзьями я считаю тех:

а) с кем у меня хорошие отношения;

б) на кого можно положиться;

в) кто может достичь многого в жизни.

7. Больше всего я не люблю, когда:

а) у меня что-то не получается;

б) портятся отношения с окружающими;

в) меня критикуют.

8. Хуже всего, когда педагог:

а) не скрывает неприязни к кому-то из учеников;

б) вызывает дух соперничества;

в) недостаточно хорошо знает свой предмет.

9. В детстве мне больше всего нравилось:

а) играть с друзьями;

б) делать что-то по дому;

в) когда меня хвалили.

10. Я хотел бы походить на тех, кто:

а) добился успеха;

б) увлечен своим делом;

в) дружелюбен и добр.

11. В первую очередь школа должна:

а) научить решать задачи, которые ставит жизнь;

б) развивать индивидуальные способности ученика;

в) воспитывать общительность и коммуникабельность.

12. Я хотел бы использовать свое свободное время для:

а) общения с друзьями;

б) отдыха и развлечений;

в) самообразования.

13. Наибольших успехов я добиваюсь, когда:

а) работаю с симпатичными мне людьми;

б) у меня интересная работа;

в) я получаю хорошее вознаграждение.

14. Я люблю, когда:

а) меня ценят;

б) чувствую удовлетворение от проделанной работы;

в) приятно провожу время с друзьями.

15. Мне бы хотелось, чтобы обо мне написали:

а) как я участвовал в интересном мероприятии;

б) что именно я сделал;

в) рассказали о моем коллективе.

16. Лучше всего я учусь, если преподаватель:

а) видит во мне личность;

б) пробуждает во мне интерес к предмету;

в) устраивает коллективное обсуждение проблемы.

17. Для меня нет ничего хуже, чем:

- а) оскорбление личного достоинства;
- б) неудача в делах;
- в) потеря друзей.

18. Больше всего я ценю:

- а) успех;
- б) работу с приятными людьми;
- в) практичность и смекалку.

19. Я не люблю людей, которые:

- а) считают себя хуже других;
- б) часто ссорятся;
- в) не принимают нового.

20. Приятно, когда:

- а) работаешь над важным для всех делом;
- б) имеешь много друзей;
- в) всем нравишься.

21. В первую очередь руководитель должен быть:

- а) доступным;
- б) авторитетным;
- в) требовательным.

22. На отдыхе я почитал бы:

- а) о том, как заводить друзей;
- б) о жизни знаменитых людей;
- в) о последних достижениях науки.

23. Если бы моя карьера была связана с музыкой, я был бы:

- а) дирижером;
- б) композитором;
- в) солистом.

24. Мне бы хотелось:

- а) придумать интересный конкурс;
- б) победить в конкурсе;
- в) руководить проведением конкурса.

25. Для меня важнее всего знать:

- а) что я хочу сделать;
- б) как достичь цели;
- в) как организовать людей.

26. Нужно стремиться к тому, чтобы:

- а) другие были довольны;
- б) успешно выполнить свою задачу;
- в) не слышать упреков в свой адрес.

27. Лучше всего я отдыхаю в свободное время:

- а) общаясь с друзьями;
- б) просматривая комедии;
- в) занимаясь любимым делом.

Глава 2

Биологический и социальный аспекты карьеризма

Какова природа такого человеческого качества, как стремление к карьере? Какие факторы побуждают личность отказываться от значительной части простых человеческих качеств в угоду эфемерному призраку карьеры? А может быть, карьера и есть самое главное составляющее счастья для карьериста?

Ответить на эти и другие подобные вопросы не так уж и просто. Прежде всего потому, что каждый человек является индивидуумом. Нельзя вгонять всех в одни и те же жесткие рамки, потому что имеют место характерные различия между людьми. Кроме того, на личность человека, безусловно, оказывают влияние такие факторы, как окружающая среда, воспитание, события его жизни. Все это формирует свое, особое отношение к емкому и многогранному понятию карьеры.

Отношение к карьере у людей самое разнообразное. Ошибочно полагать, что все те, кто стремится достичь профессионального роста, делают это из-за распирающего их натуру честолюбия. Причины карьеризма могут быть самыми обычными и самыми неожиданными. Поговорим об этом подробнее.

Профессиональные психологи считают, что существуют три вида причин, объясняющих карьеризм человека.

Остановимся на каждом из них и рассмотрим, каким образом формируется или развивается карьеризм у того или иного человеческого типа.

Итак, первая точка зрения заключается в том, что все человеческие качества, которые возникают в течение жизни, на самом деле заложены природой. Иными словами, человек сам не способен оказать влияние на формирование такого фактора, как стремление к карьере. Никакие события, происшедшие в жизни, не влияют на то, как проявляется это стремление. Оно может до какого-то возраста и вовсе быть невыраженным, однако впоследствии расцветет пышным цветом.

Сторонники подобной теории – как правило, не слишком волевые люди. Это те, кто привык объяснять любое явление не деятельностью самого человека, а предопределением судьбы. Стремление к карьере они рассматривают как одну из форм этого предопределения.

Биологическая теория имеет существенные недостатки. Они заключаются главным образом в том, что подобные выводы ограничивают развитие личности.

Человек как известно, существо социальное. Этот принцип и заложен в другой теории карьеризма. Социальная теория подразумевает, что любые качества человека приобретаются им в течение всей жизни. Здесь имеет влияние все, что происходит с человеком, все события, все окружающие его люди.



Человек рождается в определенной семье, где действуют свои законы и традиции. Он растет в этой среде и воспитывается своими родителями, которые, безусловно, уже являются сложившимися личностями. У них свои взгляды на воспитание детей, мечты, которые они хотели бы воплотить в своем ребенке. Даже если родители уделяют ребенку совсем немного времени (например, из-за загруженности на работе), он все равно получает огромное количество информации от них. А потому можно не сомневаться, что семья имеет определяющее значение для формирования личности.

Далее ребенок растет, и его социальность начинает проявляться все сильнее. Сначала это выражается в том, что он, играя во дворе в песочнице, знакомится с другими малышами. Определенные отношения, которые складываются между ребятами, – это не что иное, как социальные аспекты человеческой натуры.

«Памятка карьериста»

Что делать, если вы попали в компанию сплетников? Постарайтесь не говорить ничего особенного из того, что может быть использовано против вас же или же что порочит ваш образ.

Затем начинается вхождение человека на территорию социального фактора, имеющего прямое отношение к карьере, стремление к которой появляется впоследствии. Ребенок сначала идет в детский сад, затем в подготовительную группу или сразу в школу. Все это самым непосредственным образом влияет на формирование карьеризма или же, наоборот, на отрицательное отношение к карьере.

Уже будучи взрослым, человек начинает думать о продвижении по служебной лестнице и прочих элементах карьеры, а в самом нежном возрасте у него закладываются определенные черты. Внимательные родители, безусловно, разглядят их. Другие не заметят и, возможно, сделают вывод, что их ребенок не будет стремиться к карьере. Как бы там ни было, все ясно станет только тогда, когда он вырастет.

Что же еще влияет на формирование в человеке такого качества, как стремление сделать карьеру? Безусловно, семейные традиции. Правда, этот фактор далеко не определяющий. Тем не менее пример родителей играет немаловажную роль в формировании отноше-

ния детей к карьере. Глядя на родителей, они видят со стороны, как влияет карьера на жизнь папы или мамы.

Порой кажется, что на то, какое отношение к карьере сложится у человека, невозможно повлиять и уж тем более предугадать. Мы не будем поддерживать или опровергать подобную точку зрения. Скажем лишь, что множество жизненных факторов самым непосредственным образом влияют на характер и суждения людей. Родительские примеры, их способы воспитания ребенка, личности, имеющие влияние на растущее дитя, и многое-многое другое оказывает воздействие на все качества человека, в том числе и на то, как он в будущем станет относиться к карьере.

Конечно, можно надеяться, что ребенок, выросший в интеллигентной профессорской семье, где традиция получать прекрасное образование существует уже не менее семи поколений, пойдет по стопам своих предков. Однако не стоит разыгрывать трагедию, если этого не случится. В конце концов, отношение к карьере у всех разное, и, собственно говоря, было бы очень плохо, если бы это было не так.

Третья точка зрения на карьеризм, пожалуй, наиболее верная. Ее приверженцы избегают каких-либо категорических заявлений на тему того, что есть карьера и как она формируется.

Вернее сказать, данный подход предполагает, что такое качество, как стремление к карьере, складывается из факторов, заложенных генетически, но на нее имеет влияние и то, что происходило с человеком в течение всей жизни.

Подобная точка зрения называется биосоциологической. Рассмотрим поподробнее, на чем она базируется.

Человек появляется на свет с определенным набором заложенных в нем качеств. Этот факт не может вызывать сомнений, потому как существует множество примеров, его подтверждающих. То, что ребенок часто повторяет судьбы своих родителей, воспитываясь при этом не ими, является основным тому доказательством.

«Наука нам поможет»

Замечено, что путь к вершине карьеры чаще всего удастся в том случае, если в процессе не были ущемлены ничьи интересы. Объясняется же это очень просто: если для получения определенного места карьерист пожертвовал чьими-то интересами, то тем самым он напрочь испортил мнение о себе в глазах подчиненных, а это может быть весьма чревато неприятными последствиями.

Однако человек меняется в зависимости от внешних условий, окружающей его среды. Некоторые события способны менять наше сознание в ту или иную сторону, может произойти переоценка ценностей, человек станет по-другому смотреть на жизнь. Соответственно, изменятся и его интересы, и манеры, и общий стиль поведения. «Ты так изменился!» – восклицаем мы часто. И удивляемся, почему тот, кого мы помним ребенком, так не похож на самого себя в прошлом. Почему родной сын или родная дочь совсем не такая, как родители. Почему огромная разница между братьями или сестрами.

Так и отношение к карьере. Оно может быть разным у детей одних и тех же родителей. Бывает, что один человек всей душой стремится к лидерству и старается сделать карьеру, а другому совершенно все равно, что он остается рядовым работником в солидном возрасте. Это его просто не волнует. Как и все остальные атрибуты карьеры.

Многие люди склонны делить все жизненные элементы только на черное и белое. Они наверняка определяют стремление к карьере, руководствуясь этими критериями. Иными словами, человеческое качество, которое называют карьеризмом, некоторые могут определить как нечто либо очень позитивное, либо, наоборот, негативное. Между тем стремление чело-

века сделать карьеру и многого добиться на профессиональном поприще нужно рассматривать не как что-то положительное или отрицательное, а как индивидуальное качество.

Все люди разные, у каждого имеются характерные черты. Не стоит превозносить человека, который стремится сделать карьеру, и приводить его в пример окружающим, но в то же время не стоит и осуждать его. Нужно иметь в виду, что желание сделать карьеру не характеризует никого ни с хорошей, ни с плохой стороны. Мы же не оцениваем такое качество, как, скажем, пристрастие к охоте, пытаясь отнести его к той или иной стороне. Это увлечение может быть свойственно человеку, и он будет искать время и средства на него, но если данное хобби оставляет его равнодушным, не должен же он насильно заставлять себя полюбить охоту?

Так обстоит и со стремлением сделать карьеру. Присутствует ли оно в человеке или нет – это не главное. Главное – выработать в себе верное отношение к этому качеству, а еще важнее – найти способы реализовать свое стремление, если оно присутствует в натуре и наполняет вашу жизнь особым смыслом.

Глава 3

Карьерист – состояние души или стиль жизни

Сегодня множество людей задают себе вопрос: «Карьера – состояние души или стиль жизни?». Им кажется, что, найди они ответ на поставленный вопрос, жизнь их сразу же изменится к лучшему. Изменится потому, что они поймут, каким метаморфозам необходимо подвергнуть собственное «я», чтобы стать человеком, способным сделать блестящую карьеру: может быть, нужно пересмотреть свои взгляды на жизнь или достаточно всего-навсего постараться внешне соответствовать тому образу, который является воплощением мечты. На самом деле, ответ придет сам собой, если задающий себе вопрос осознает истинную причину, по которой он стремится к карьерному росту, уяснит мотивы, которые побуждают его к определенным действиям.

В данной главе мы попытаемся разобраться в причинах, по которым одним людям удается сделать блестящую карьеру, а другим нет, попутно попытаемся выяснить, так ли уж несчастливы те, кому не удалось занять одну из высоких ступенек на служебной лестнице. А начнем с того, что постараемся объяснить, что такое мотивация и как она влияет на поступки человека.

В повседневной жизни каждому из нас приходится что-то делать, чего-то добиваться. При этом каждая новая жизненная задача вызывает в нас определенные чувства и эмоции. Что-то мы делаем с энтузиазмом, а что-то только потому, что это надо сделать. Так или иначе, мы не бездействуем.

Каждую минуту мы ведем внутренний диалог с собой, уговариваем себя сделать то, что делать не хочется, поздравляем с тем, что приходится выполнять работу, которая нам не в тягость. Можно сказать, что, приступая к очередному делу, каждый из нас объясняет самому себе причину, по которой это дело должно быть выполнено. И от того, насколько удачными окажутся эти объяснения, зависит успех всего дела.

С помощью таких вот пояснений каждый из нас побуждает себя к действию. Таким образом, мотивация – это побуждение к действию. Мотивируя свою деятельность, люди провоцируют «толчок изнутри», который поможет начать дело и мобилизовать свои силы.

Давайте проанализируем, как связаны между собой мотивация и карьерный рост. А для этого выясним, как действует механизм мотивации.

«Наука нам поможет»

Медицинская статистика говорит о том, что люди, занимающиеся напряженным интеллектуальным трудом, ведущие активный образ жизни, гораздо реже страдают от заболеваний склерозом. Более того, среди таких людей вы не встретите тех, кто в старости впадает в «старческий маразм».

Психологи говорят, что все действия человека могут быть объяснены всего лишь двумя факторами: либо стремлением избежать неудачи, либо стремлением достичь успеха. Действительно, добивается ли человек очередного повышения по службе или старается не выделяться из общей массы, он делает это потому, что стремится избежать неудачи или нацелен на успех.

В нашем примере человек, предпринимающий мыслимые и немыслимые усилия для того, чтобы получить очередное повышение по службе, наверняка объясняет свое поведение окружающим и прежде всего самому себе стремлением достигнуть успеха. А как же тот, кто не спешит проявить себя на рабочем месте, разве он не мечтает об успехе?

Конечно же, мечтает, ведь он совершенно нормальный человек, которому хочется финансового благополучия, признания окружающих, успеха. Но вот только под словом

«успех» он подразумевает нечто совсем отличное от того, о чем мечтает его коллега, активно добивающийся повышения по службе. Успех для такого человека – это день, прожитый без провалов и неудач, это должность, которая не предполагает принятия ответственных и рискованных решений в процессе выполнения служебных обязанностей.

Из всего вышесказанного можно сделать следующий вывод: какие цели ставить перед собой – личное дело каждого из нас.

Кто-то готов проводить дни и ночи на работе ради того, чтобы добиться руководящей должности, а кто-то пользуется девизом: «Тише едешь – дальше будешь». Не всякий готов платить дорогую цену за успех в профессиональной деятельности. Для многих блага жизни представляются по-иному.



«Памятка карьериста»

Принимая решение, держите свои эмоции и здравый смысл в равновесии.

Но несмотря на то что у каждого человека свои представления о жизненном благополучии, попав в условия жесткой необходимости работать и зарабатывать себе на жизнь, каждый так или иначе задумывается над тем, как добиться карьерного роста.

В конце концов, только повышение по службе может гарантировать повышение доходов. Придя к такому выводу, люди, как правило, начинают искать стимулы для того, чтобы добиться желаемого результата.

Что именно может послужить стимулом в работе, в каждой конкретной ситуации зависит от личностных характеристик конкретного человека. От того, как человек воспринимает окружающую действительность, от его настроений и мироощущения зависит его карьерный рост.

Несмотря на то что каждый по-своему стремится к карьерному росту, кого-то сослуживцы называют карьеристом, а кого-то нет, о ком-то говорят, что карьерный рост для него состояние души, а для кого-то – стиль жизни.

Разобравшись в том, что такое «состояние души» и «стиль жизни», мы сможем понять, кто из пытающихся сделать карьеру мотивирует свою деятельность стремлением к успеху, а кто – стремлением избежать неудач. Таким образом, мы с вами свяжем воедино понятия мотивации, карьерного роста и карьеризма. Попутно мы дадим типологию карьеристов, в основу которой положена мотивация человека, так или иначе заботящегося о своем карьерном росте.

Если пытаться рассматривать его с точки зрения карьеры и того, как человек относится к необходимости «делать карьеру», можно сказать, что состояние души – это соединение настроения и мироощущения.

В самом деле, человек предпринимает те или иные усилия для того, чтобы добиться должностного повышения под влиянием настроений, которые возникают в связи с необходимостью вообще делать что-либо, и своего мироощущения. Все предпринимаемые им усилия мотивируются с точки зрения его отношения к жизни, его понимания успеха и жизненного благополучия.

От того, насколько предпринимаемые им усилия соответствуют его внутренним установкам и системе жизненных ценностей, зависят настроение и желание делать карьеру.

Для кого-то стремление сделать блестящую карьеру является неотъемлемой частью его внутреннего «я». Такие люди ощущают прилив сил, когда сталкиваются с необходимостью решать сложные производственные задачи, успешное выполнение которых обеспечит всеобщее признание и карьерный рост. У таких людей портится настроение, если им приходится выполнять рутинную работу, не требующую творческого подхода, механическую и лишенную какой бы то ни было сложности. Почему?

Потому, что только выполнение работы творческой, требующей приложения сил и энергии, налагающей большую ответственность и дающей определенную власть над окружающими, воспринимается такими людьми как неотъемлемая составляющая карьерного роста. Обратите внимание на то, что для людей такого типа успех не будет успехом, если он не достигнут в кропотливом труде, если он не потребовал жертвоприношений.

Если говорить о мотивации поведения людей, непрерывно рвущихся на передовую производственной деятельности, это, конечно же, стремление к успеху. Подумайте сами: человек, боящийся потерпеть неудачу, никогда не станет по своей собственной инициативе браться за работу, выполнение которой повлечет расширение служебных полномочий, что, в свою очередь, немыслимо без принятия ответственных решений.

Кроме того, следует отметить, что шансов добиться успеха у человека, стремящегося избежать неудач, гораздо меньше, чем у того, кто нацелен на успех, по той простой причине, что боязнь провала заставляет проявлять излишнюю осторожность и медлительность.



Однако это вовсе не значит, что люди, стремящиеся избежать неудач, не созданы для того, чтобы делать карьеру. А чтобы убедиться в этом, давайте обратимся к такому понятию, как «стиль жизни».

Договоримся понимать под вышеуказанным понятием внешнее обустройство и распорядок жизни, определенные модели поведения человека. При этом будем полагать, что человек, стремящийся избежать неудач, не отказывается вовсе от перспективы карьерного роста, просто он не готов полностью посвятить себя делу – возможно, пока, а скорее всего, он и в будущем будет стремиться к тому, чтобы успешно совмещать жизнь личную и профессиональную.

Обратимся к такому примеру. Есть люди, готовые сойти с ума от радости, увидев приказ о своем назначении на руководящий пост, а есть такие, кто воспринимает весть об очередном повышении более чем спокойно. Почему так происходит?

Это можно объяснить следующим образом: первая мысль, которая придет в голову человеку, стремящемуся избежать неудач, будет о том, что на новой должности гораздо сложнее избежать принятия сложных, ответственных, а главное – рискованных решений.

Конечно, такие мысли не способствуют повышению настроения и не усиливают стремления к карьерному росту, но... Но ведь не каждый признается окружающим и самому себе в том, что должность повыше не стоит на первом плане. В конце концов, общество привыкло считать, что нужно быть честолюбивым и стремиться к высокому положению в нем. Вот и приходится делать вид заинтересованного в очередном повышении по службе человека, заботиться о своем расписании, ходить на деловые совещания, убеждать окружающих в том, что беспокойство по поводу работы подчиненного отдела и конкурентная борьба за право воплощать очередной гениальный проект руководства не дают спокойно спать по ночам. А все потому, что пост вынуждает не выходить за рамки выбранного образа и соответствовать стилю жизни делового человека, стремящегося к карьерному росту.

Проанализировав основные мотивы, побуждающие людей к карьерному росту, можно составить своеобразную классификацию всех карьеристов.

Для начала всех работающих мы разделим на две большие группы: первые вовсе не заботятся о карьерном росте, для них понятие успеха не заключается в достижении высокого

положения в обществе, а другие так или иначе занимаются своей карьерой. Первые, конечно же, будут в меньшинстве.

Далее разделим всех заботящихся о продвижении по службе еще на две группы: к первой отнесем тех, кто стремится к повышению, мотивируя свою деятельность стремлением к успеху, ко второй – тех, кто делает лишь то, что может гарантировать минимальный риск и возможность избежать неудач.

Людей, относящихся к первой группе, можно охарактеризовать следующим образом: они готовы идти на жертвы ради достижения профессионального успеха. Из альтернатив – прийти к успеху более коротким, но рискованным путем, и прийти к успеху длинным, но абсолютно безопасным – они всегда выбирают первый. Они не будут счастливы в жизни, не достигнув высот служебной лестницы.

Людей, относящихся ко второй группе, охарактеризуем следующим образом: они заботятся о своей карьере только потому, что это может гарантировать стабильность их финансового положения, они не готовы принимать рискованные решения и могут взять на себя ответственность лишь в том случае, когда уверены в успехе на сто процентов.

Глава 4

Возраст и карьера

Большинство людей придают возрасту очень большое значение. И при стремлении сделать удачную карьеру они в значительной степени ориентируются на мнение большинства о соответствии количества прожитых лет и определенных профессиональных достижений. Распространенное мнение этого большинства гласит, что человек, стремящийся подняться очень высоко по служебной лестнице, должен начинать свою профессиональную деятельность как можно раньше. Тогда у него будет достаточно времени и возможностей для того, чтобы добиться значительных успехов. Верно ли подобное мнение? В нем есть немалая доля истины.

Прежде всего молодым людям действительно легче начинать делать свою карьеру, потому что у них гораздо больше сил, желания и времени. С возрастом появляются семья, дети, новые заботы и проблемы. К тому же после тридцати лет многие уже добиваются значительных успехов, и на новичка в данной сфере, который уже отпраздновал тридцатилетний юбилей, могут смотреть с некоторым превосходством.

Вообще, считается, что к своему тридцатилетию нужно уже достичь определенного положения, то есть выйти из ранга рядовых сотрудников. Во многом такое мнение оправданно. Ведь с возрастом постепенно начинает ухудшаться память; следовательно, человеку становится гораздо труднее усваивать новую информацию. К тому же немаловажное значение имеет самооценка, которая напрямую зависит от профессиональных успехов. А чем ниже уровень, на котором находится человек, тем, соответственно, ниже его самооценка.

Но не стоит все воспринимать слишком трагично. Даже если по каким-либо причинам вы не достигли существенных результатов на работе, а ваш возраст нельзя назвать юным, это еще не повод опускать руки и навсегда оставаться рядовым сотрудником.

Начните с того, что оцените свои немалые преимущества, которые выгодно отличают вас от молодых сотрудников. Во-первых, вы обрели некоторый жизненный опыт, который приходит с годами. Соответственно, вы будете более осмотрительны и осторожны в самых разных ситуациях. Во-вторых, у вас уже наверняка есть надежная поддержка в семье, так что все неудачи на службе будут компенсироваться любовью и заботой, которыми вы окружены дома.

Конечно, более молодым коллегам легче приспособиться и к новому коллективу, и к требованиям начальства, потому что у юных психика гибкая, способная на компромиссы, в то время как с возрастом человек становится более обидчивым и менее способным идти на уступки. К тому же не стоит исключать ситуацию, когда вам придется подчиняться человеку, который будет значительно моложе вас. В этом случае возможен определенный дискомфорт, который может в значительной степени повлиять на выполнение профессиональных обязанностей. Но все подобные причины на самом деле не так существенны, как может показаться на первый взгляд.



Для карьерного роста не существует возрастного ценза. И зачастую люди, начавшие делать карьеру, когда им стало «далеко за тридцать», быстро и удачно обгоняли своих молодых соперников. Речь не идет о том, что надо озаботиться своим профессиональным ростом прямо со школьной скамьи, чтобы добиться больших успехов. Жизнь так сложна и непредсказуема, что предугадать ее дальнейшее развитие невозможно. А потому люди, успевшие сменить несколько работ, прежде чем нашли именно свое дело, зачастую оказываются в более выигрышном положении, чем те, кто всю жизнь отдал одному, пусть и любимому делу.

«Наука нам поможет»

Беспристрастная статистика утверждает, что обычно у женщин профессиональный рост идет медленнее, чем у мужчин. Тому может быть множество причин, в частности рождение детей и последующий период ухода за ними. Кроме того, женщине трудно сосредоточиться на работе, если ее мысли заняты домашними проблемами, болезнями детей или их плохой успеваемостью в школе.

Но зато потом женщины весьма успешно догоняют мужчин, успевших добиться определенного положения и воспринявших это как предел своих возможностей и способностей. Женщины не будут останавливаться на достигнутом, особенно когда дети подрастают или просто появляется возможность переложить заботу о них на плечи нянь или гувернанток. У них остается много времени и энергии для достижения поставленных целей. В результате они не просто догоняют своих ровесников-мужчин, но и оставляют их далеко позади.

Такая ситуация складывается не только в нашей стране, но и за рубежом. И это несмотря на то, что во многих западных странах женщины предпочитают создавать семью и заводить детей только тогда, когда добьются определенного положения на работе.

Успешная карьера – это достаточно ответственный и сложный процесс, а значит, к нему следует прилагать максимум усилий. Но у молодого сотрудника, помимо работы, существует множество увлечений и соблазнов, поэтому ему часто бывает нелегко сконцентрироваться на работе. А у того, кто старше, гораздо больше терпения и усидчивости, потому что с годами приобретает чувство ответственности и желание всего себя отдавать делу. Безусловно, возраст не играет никакой роли, когда речь заходит о профессиональных качествах или возможностях человека. Можно и в двадцать быть абсолютно инертным, безынициативным сотрудником. А можно и в пятьдесят оставаться бодрым, полным сил и желания работать. Так что придавать возрасту слишком большое значение, по меньшей мере, неразумно.



С любыми трудностями можно справиться, если настроить себя должным образом. Взрослому человеку легче заставить себя не обращать внимания на некоторые трудности и проблемы, которые молодому сотруднику могут показаться чем-то очень существенным. Например, придирки начальника кем-то могут быть восприняты едва ли не как унижение, в то время как взрослый человек с вполне сформировавшимся характером понимает, что подобные явления не редкость, а значит, на них не нужно обращать внимания.

Если вы начинаете делать карьеру в достаточно зрелом возрасте, воспользуйтесь некоторыми изложенными здесь рекомендациями. Конечно, строгое следование им не обязательно, но, возможно, некоторые советы вам пригодятся.

Прежде всего излучайте уверенность в себе и своих силах, даже если поначалу вам покажется, что вы совершенно не вписываетесь в коллектив, где все намного моложе вас. Не спешите впадать в панику. Даже если вы действительно несколько старше остальных сотрудников, это не повод для огорчения. В конце концов, вы имеете полное право работать именно на данном предприятии. Но ни в коем случае не позволяйте пренебрежительного и снисходительного к себе отношения только потому, что вы еще не успели подняться достаточно высоко по служебной лестнице.

У некоторых молодых сотрудников вполне может появиться желание поучить вас уму-разуму только потому, что вы новичок в данной сфере. Если такая ситуация действительно сложилась, постарайтесь во что бы то ни стало отстоять свое достоинство, потому что иначе вы так и останетесь на побегушках. Каким образом вы должны себя вести, чтобы молодые коллеги не смотрели на вас сверху вниз? Прежде всего держитесь уверенно, с сознанием собственного достоинства. Тогда ваша уверенность обязательно передастся окружающим, и никому и в голову не придет относиться к вам подчеркнуто снисходительно.

Не заигрывайте с теми, кто моложе вас, всячески подчеркивая свою некомпетентность в какой-то профессиональной проблеме. Этим вы сами вложите оружие в руки своих коллег, и они немедленно начнут относиться к вам с пренебрежением. И не мудрено: ведь вы сами продемонстрировали, что совсем не разбираетесь в том или ином вопросе. Следует вести себя иначе, не подчеркивая, что у вас еще недостаточно опыта и умения в данном виде деятельности, ведь необходимые знания обязательно скоро придут.

Если коллеги намного моложе вас, представляясь им, не забудьте назвать свое отчество, потому что в обращении по имени часто содержится панибратство. То же самое касается отношений с руководством, желательно с самого начала корректно, но твердо потребовать, чтобы вас называли по имени-отчеству, даже если начальник не намного моложе вас.

Кроме того, никогда не культивируйте в себе комплекс неудачника, расстраиваясь из-за того, что потеряно слишком много времени и приходится начинать свой профессиональный рост так поздно. На самом деле вы в значительной степени выиграли, так как, помимо данной работы, наверняка успели узнать и научиться многому другому.

Вообще, лишней информации не бывает. Даже если раньше вы работали инженером, а сейчас решили попробовать себя в качестве менеджера или переводчика, уже приобретенные навыки и умения окажутся рано или поздно полезными. К тому же если вы работали ранее, значит, уже успели приобрести опыт деловых отношений с людьми. И, соответственно, в этой ситуации вам намного легче найти общий язык с коллективом, чем если бы вы юным сотрудником пришли на первое место работы.

Памятка карьериста

Даже если вы начали делать свою карьеру достаточно поздно, не сравнивайте себя с другими, теми, кто уже успел многого добиться. Это поможет вам сохранить душевное равновесие, потому что в ряде случаев вы можете просто-напросто, к своему удивлению и огорчению, обнаружить, что коллеги, опередившие вас на работе, обладают такими же способностями, как вы, а может быть, их таланты и уровень интеллекта даже ниже вашего. Но тем не менее они начали свою профессиональную деятельность раньше вас, соответственно, успели гораздо больше. Занимаясь подобным сравнением, вы рискуете потратить слишком много сил совершенно впустую, ведь никаких положительных результатов и выводов подобное сравнение не несет.

Но, может быть, вы проработали в данном коллективе уже достаточно времени, прежде чем решили, что пора подняться по службе. Возможно, в этом случае некоторые ваши кол-

леги выскажут удивление, вызванное тем, что до сей поры вас вполне устраивала прежняя должность. Удивление окружающих не должно иметь для вас решающего значения. Ваше решение встать на ступеньку выше может быть вызвано самыми разными причинами, и все эти причины являются достойным оправданием вашего желания.

Так что соберитесь с мыслями и прилагайте максимум усилий для того, чтобы ваша затея увенчалась успехом. Прежде всего не ограничивайтесь ролью хорошего исполнителя, потому что это, безусловно, хорошее качество, но для успешной карьеры следует проявить максимум смекалки и инициативы.

Постарайтесь обратить на себя внимание руководства, чтобы вам поручили выполнение какого-то ответственного задания. Со временем вы создадите себе репутацию делового, ответственного работника. А тот факт, что в данном коллективе вы работаете продолжительное время, будет играть вам на руку, ведь вы уже представляете себе специфику работы на данном месте, а значит, совершите меньше ошибок.

Хоть поверьте, хоть проверьте...

Различные примеры из жизни великих и выдающихся людей показывают нам, что совсем не обязательно начинать свою профессиональную деятельность с юности, чтобы потом добиться завидной карьеры и значительных успехов. Очень многие люди первоначально вынуждены были заниматься не своим делом, прежде чем они разобрались, что именно их интересует больше всего.

Например, известный специалист в области ораторского искусства и человеческих отношений Дейл Карнеги долгое время продавал грузовики. Потом он начал преподавательскую деятельность в вечерних школах, где обучались взрослые люди. Затем решил писать книги, которые принесли ему успех и материальное вознаграждение.

Удача улыбнулась Карнеги не сразу, ему пришлось попробовать себя в самых разных ролях. Но от этого жизненный опыт его стал только богаче, и полученная информация оказалась очень полезной в дальнейшем, так как позволила лучше разбираться как в людях, так и в различных житейских ситуациях.

Возраст – не помеха для успешной карьеры, поэтому не поддавайтесь распространенным стереотипам, которые убеждают, что продвижение по службе – удел молодых. Вы по разным причинам могли начать свой профессиональный рост позже других коллег, но от этого ваши способности и деловые качества совсем не уменьшились. Будьте уверены в себе и своем праве на удачную карьеру, и тогда успех обязательно придет к вам.

Глава 5

Прежде чем устроиться на работу

Каждый человек, устраиваясь на работу, преследует свои цели. Прежде всего он, конечно, мечтает повысить свой финансовый статус, а также сделать карьеру – ведь настоящих успехов достигает лишь честолюбец. Любой из устраивающихся на службу представляет конечный результат своего трудоустройства по-своему.

Так вот, чтобы избежать болезненных разочарований, стоит провести небольшое личное исследование будущего места деятельности. А именно вас должны интересовать размер заработной платы, условия труда и продвижения по карьерной лестнице, атмосфера внутри коллектива и в целом внутренняя структура того предприятия, на котором вы стремитесь работать. Вполне возможно, что ваши открытия поохладят ваш пыл и направят поиски в другое русло.

Давайте рассмотрим каждое из положений, которые вам предстоит выяснить, прежде чем вы подпишите договор с организацией или предприятием. Итак, начните с внутренней структуры организации. От общего количества звеньев цепочки власти будет зависеть ваш карьерный рост. Здесь существует два равноправных мнения, и каждый, как говорится, выбирает по себе.

Так, считается, что сделать карьеру (особенно быструю) легче всего в организации, где работает не более ста человек. Это объясняется тем, что все сотрудники постоянно находятся на виду у руководства, и ваша доблестная работа обязательно будет оценена по достоинству.

Однако существует и определенное количество минусов в подобной ситуации. Если вы работник молодой и, следовательно, неопытный, вы не сможете сразу же выполнять порученное достаточно грамотно, чтобы заслужить поощрение начальства.

Значит, первые месяцы вы будете находиться под постоянным надзором более опытных сотрудников. В лучшем случае, если вам повезет с коллективом и ваши беды и проблемы будут встречены с пониманием, вы сможете рассчитывать на помощь. Однако нередко случается и так, что коллектив собирается из людей не менее честолюбивых, чем вы сами. Тогда появление более молодого и перспективного работника будет принято «в штыки».

В этом случае обязательно найдется «доброжелатель», который поведет счет всем вашим ошибкам и возглавит компанию по вашему выживанию в тень. Согласитесь, ситуация малоприятная. Ее не миновать при определенных обстоятельствах и работнику со стажем, решившему поменять место работы на более выгодное. Вот поэтому мы советуем вам при первом посещении предприятия обязательно обратить внимание на обстановку в коллективе. Если она вас насторожит, лучше всего подыскать себе другое место. Не забывайте, что человек проводит на работе до 75% своей жизни. Так что подумайте хорошенько, стоит ли превращать ее в аналогию ада, принеся в жертву честолюбию свои нервы и настроение.

Также существует мнение, что карьеру лучше всего начинать именно в организациях с большим числом работников. Что это дает? Несомненно, карьера в большой организации или на крупном предприятии вряд ли будет головокружительно быстрой. Однако в этом случае у вас всегда найдется время оглядеться и подстроиться под работу коллектива, не вызывая ни у кого раздражения или зависти.

Кроме того, следует заметить, что крупные предприятия предполагают определенное количество разноплановых отделов, в отличие от малых, которые чаще всего отличаются узкой направленностью. Так что, поступая на работу на крупное предприятие, вы сможете по мере адаптации определиться, какой из его отделов вам более подойдет для карьерного роста и повышения своего социального статуса.

Памятка карьериста

Прежде чем устраиваться на работу, постарайтесь навести справки о том предприятии, которому вы решили отдать все свои силы. Таким образом вы сможете узнать не только «фасад» организации, который вас может подкупить, но и понять обстановку изнутри, что, несомненно, пригодится вам при окончательном решении.

Теперь давайте обговорим следующее положение, которое вас должно заинтересовать при устройстве на работу. А именно – что для вас выгоднее: устроиться на государственное предприятие или в частную фирму. Как и в любой ситуации, здесь есть свои плюсы и минусы. Обсудим их детально.

Чем выгодно трудоустройство на частное предприятие? Прежде всего там больше простора для настоящего карьериста. Возможно, вам повезет попасть в недавно сформированную организацию, в которой существует определенный дефицит профессиональных работников. В этой ситуации вам дается прекрасная возможность продемонстрировать свои деловые качества и сделать карьеру за минимальный срок.

Кроме этого, напомним, что в сложившейся экономической обстановке частные предприятия могут обеспечить своих работников более высокой заработной платой.

Но при этом у вас не будет гарантии, что подобное предприятие сможет удержаться на плаву и выйти в лидеры, то есть вы рискуете остаться без работы в самый неожиданный момент. Более опытным предприятиям, которые уже не один год существуют на рынке, чаще всего требуются сотрудники с опытом работы. Но и помимо этого вам, возможно, предстоит выдержать серьезный конкурс на избранное место. Если подобный расклад вас вполне устраивает, остается только узнать о тех критериях, которым должен соответствовать сотрудник данной фирмы.

Государственное предприятие прежде всего отличается, к сожалению, своим бюрократизмом. То есть и устраиваться, и увольняться (если будет такая необходимость) вам придется, проходя через множество преград. Кроме этого, вы не защищены от того, что можете попасть под сокращение. Но помимо очевидных минусов, у государственных предприятий существует ряд плюсов, о которых также следует помнить читателю.

Итак, во многих частных предприятиях не существует такого понятия, как пенсионный фонд. Таковую «роскошь» могут себе позволить только фирмы, уже крепко вставшие на ноги и стремящиеся обеспечить своих сотрудников теми привилегиями, которые раньше обеспечивались только государственными предприятиями.

На всех работающих государственных предприятиях вас также обеспечат картой медицинского страхования и – что немаловажно! – трудовой книжкой (в случае ее отсутствия вам не придется рассчитывать на пенсионные выплаты). Если вы достаточно разумны, чтобы интересоваться своим будущим, обязательно обговорите это положение с работодателем. На государственных предприятиях заработная плата чаще всего статично установлена. То есть вы гарантированно не попадете в ситуацию «сегодня – густо, а завтра – пусто». Несомненно, в этом есть своя выгода.

А теперь поговорим о том, что вас может ожидать в вопросе карьерного роста на государственном предприятии. Может быть, он пойдет гораздо медленнее, чем вам хочется. На госпредприятиях, особенно на тех, где работает много людей, быстрый карьерный рост невозможен. Однако если вы наберетесь терпения, а главное – продемонстрируете свой профессионализм при умении оказываться в нужное время в нужном месте, вы получите шансы подняться по служебной лестнице и занять самую высокую ее ступень. Но еще раз повторим: для этого нужно время.

Как и в любой ситуации, вы не можете точно знать, будет ли ваша карьера удачной или, заняв определенное место в структуре, вы лишаетесь возможности рассчитывать на высокий пост и обречены работать так до самой пенсии.

Но несомненно, что многое можно изменить или подкорректировать, если заранее обговорить свои планы с работодателем и выяснить, есть ли хоть какая-то возможность реализовать их в данной организации.

Памятка карьериста

Готовясь к собеседованию на новом рабочем месте, заранее подготовьте все те вопросы, которые вам хотелось бы задать работодателю. Лучше всего разработать их дома, оставив из всего первоначального списка, который вы составите, не более 5 – 7 вопросов. Таким образом вы выясните все интересующие вас моменты и при этом продемонстрируете свои деловые качества.

Итак, собеседование. У многих (особенно начинающих) работников одно это слово вызывает панику. А все потому, что люди не умеют общаться и находить общий язык с окружающими. Долгие годы нам внушали, что заниматься саморекламой низко и неприлично для порядочного человека, мол, хорошего работника и так видно.

Сейчас, как известно, другие времена, поэтому политика «невывысывания» может погубить вашу карьеру подчистую. Не надо бояться подать себя в более выгодном свете, нежели ваши конкуренты. В конце концов, тот человек, который будет проводить с вами собеседование, уже через несколько дней может стать вашим коллегой.

Не стоит также пугаться вопросов, даже если вас спросили о том, к чему вы не были готовы. А ведь работодателя может заинтересовать в будущем сотрудник все – и его надежды, и хобби, и стиль жизни, и семья. Постарайтесь отвечать наиболее полно, но не пускайтесь в долгие объяснения, они-то как раз мало кого интересуют. Старайтесь подавить в себе инстинкт лидера и не пытайтесь захватить инициативу беседы в свои руки. Не забывайте – вы находитесь не на своей территории, так что подобное поведение никоим образом не будет рассмотрено с положительной точки зрения. Иначе неоправданным напором вы оттолкнете работодателя от себя.

Главное, чем вы можете произвести впечатление, – своими деловыми качествами. Не скрывайте своего честолюбия – ваше стремление сделать карьеру всегда поймут и примут, тем более что это неразрывно связано с ростом самой компании, так что ее руководство прежде всего заинтересовано в ваших достижениях. С другой стороны, человек, в себе неуверенный, не сможет произвести должного впечатления на работодателя, а следовательно, и получить желаемое место.

Не пренебрегайте психологией для достижения своих целей. Представьте себя самого на месте человека, проводящего собеседование. Допустим, перед вашим взором прошло уже немало соискателей заветного места, вы выслушали множество мнений и провели столько же интервью.

Следовательно, чтобы заинтересовать такого человека, следует как-то обратить на себя его внимание, но таким образом, чтобы не вызвать в нем раздражения – не стоит одеваться чересчур ярко или вести себя вызывающе. Кстати, перед ответственной встречей попробуйте представить себя на месте будущего собеседника. Так легче просчитать манеру поведения и, следовательно, поступать в соответствии с ней.



Теперь, пожалуй, можно подвести итоги. Как и каждое дело, устройство на работу требует определенного плана действий и взвешивания всех «за» и «против» того или иного места работы. Поэтому прежде всего следует выработать свою тактику и стратегию, которые помогут вам добиться своего и сделать первый шаг к началу удачной карьеры. Постарайтесь получить как можно больше информации о той организации, в которую вы собираетесь устраиваться на работу, желательно еще до того, как вы впервые переступите ее порог. Такую информацию собирают как на официальных сайтах или проспектах этой организации, так и выясняют так называемое «мнение изнутри» – у тех, кто работает или работал там. В последнем случае узнайте причину увольнения.

Необходимо рассмотреть и альтернативные предложения. Таким образом вы сможете сравнить несколько организаций и выбрать наиболее подходящее место для работы и роста карьеры. Идеально найти работу по профилю, даже если на подъем по служебной лестнице вам потребуется больше времени, чем вы рассчитываете, у вас будет больше шансов добиться своего и утвердиться в избранной организации. Однако если у вас действительно есть стремление сделать карьеру, можно начать, образно говоря, с нуля и прежде всего пройти обучение по интересующему вас профилю. А затем постараться заинтересовать работодателей новой профессией.

Памятка карьериста

Прежде чем устраиваться на работу, обязательно потрудитесь подобрать несколько вакансий в разных предприятиях. Чем больше адресов будет в вашей «копилке», тем больше вероятность, что вы сможете удачно устроиться на работу. Не рассчитывайте на быструю победу, но в случае

неудачи не расстраивайтесь – подобная политика всегда оставляет шанс трудоустроиться.

Мы детально рассмотрели все возможные положения, которые надо учитывать как начинающему, так и опытному карьеристу перед устройством на работу. Остается только пожелать вам успеха на этом нелегком поприще. Отправляясь на собеседование, спросите себя: может быть, директорское кресло ждет именно вас?

Раздел II

Первым делом карьера

Предисловие к разделу

Бесспорно, каждый человек хотел бы заниматься тем, к чему лежит его душа. Ведь очень важно, чтобы работа приносила удовлетворение, доставляла радость. Но многие ли могут похвастать тем, что занимаются любимым делом?

Очень часто люди отказываются от занятий любимым делом из-за невозможности карьерного роста. Отсутствие перспектив – главный фактор, который мешает многим заниматься тем, что по-настоящему нравится. Конечно же, находятся и такие, кто решает посвятить занятию, отвечающему его внутренним устремлениям, всю свою жизнь и ради этого отказывается от карьеры. Однако человек, который хочет добиться успеха, продвинуться по служебной лестнице, сделать карьеру, очень часто вынужден отказываться от любимого дела.

Тест

«Любит ли вас удача?»

Вас часто мучит вопрос о том, почему одним людям дается в жизни все, казалось бы, легко и просто, а у других каждый шаг к успеху сопряжен с огромным трудом. Может быть, просто одни из нас более удачливы, чем другие? Если вы верите в удачу, мы предлагаем пройти вам тест.

1. Бывало ли так, чтобы вы, собираясь куда-то пойти, из-за непредвиденных обстоятельств оставались дома? А в дальнейшем выяснялось, что намеченное мероприятие сорвалось:

- а) никакие непредвиденные обстоятельства не остановят меня. Такая ситуация невозможна;
- б) нет, со мной такого не бывало;
- в) иногда бывало;
- г) так бывает всегда. Меня как будто кто-то охраняет от неправильных решений.

2. Вспомните, как вы сдавали экзамены. Бывало ли так, что вам попался билет, который вы знали лучше всего:

- а) я всегда знал(а) ответы на все билеты, и мне было равным счетом все равно, какой из них попадется;
- б) мне всегда доставались только «плохие» билеты;
- в) иногда такое случалось, но, к сожалению, крайне редко;
- г) так было всегда. Какой билет мне хотелось вытянуть, тот и доставался.

3. Представьте себе, что вы опаздываете на очень важную для вас встречу. Как в этом случае обычно разворачивается ход событий:

- а) я всегда пунктуален(льна), такой ситуации со мной случиться не может;
- б) мне вечно не везет с транспортом. Именно тогда, когда мне нужно срочно ехать, нет ни одного нужного троллейбуса или автобуса;
- в) иногда я с легкостью уезжаю на быстро подошедшем автобусе, но чаще часами не могу добраться до нужного места из-за плохой работы транспорта;
- г) мне всегда везет в этом смысле. Нужный транспорт приезжает быстро.



4. Легко ли вам устроиться на новую работу:

- а) я никогда не пытался(лась);
- б) нет. Я всегда долгое время обиваю пороги разных организаций, пытаюсь найти себе достойное занятие, но, к сожалению, часто безрезультатно;
- в) когда как. Иногда хорошая работа сама «подворачивается», а иногда на ее поиски уходит очень много времени;
- г) передо мной никогда не стояла такая проблема. Я всегда быстро нахожу хорошую работу.

5. Часто ли вы попадаете в неприятные ситуации (кражи, разбойное нападение и др.):

- а) я всегда очень осторожен(на), поэтому со мной такого не случается;
- б) постоянно. Моя жизнь – сплошная черная полоса;
- в) иногда такое случалось. Но всего пару раз;
- г) ни разу не попадал(а) в подобные ситуации, хотя и не особо осторожничаю.

6. Часто ли вы выигрываете в азартных играх:

- а) я не играю в азартные игры;
- б) мне решительно не везет в этом деле. Я, наверное, просто не умею играть;
- в) не могу сказать, что постоянно выигрываю, но все же иногда это случается;
- г) да. Я всегда выигрываю в любой азартной игре.

7. Если вы когда-либо выполняли тестовое задание на проверку ваших знаний в области того или иного предмета, значит, вам не составит труда ответить на этот вопрос. Бывало ли так, что ответы тестовых заданий вы расставляли «методом тыка», а результат оказывался положительным?

- а) я всегда готовлюсь к проверочным работам. Поэтому у меня не было таких ситуаций;
- б) каждый раз, когда я пытался(ась) воспользоваться этим методом, результат был плачевным;
- в) такой метод срывает далеко не всегда;
- г) да. Я всегда так и делаю и всегда добиваюсь высоких результатов.

Ключ

Если большинство ваших ответов под буквой «а», вы скорее всего просто не верите в существование удачи. И не стремитесь переманить ее на свою сторону. Вы не полагаетесь на волю случая, а рассчитываете только на себя.

Большинство ответов под буквой «б» говорит о том, что вы – человек, настроенный весьма пессимистично. Вы верите в существование удачи, но почему-то считаете, что эта «строптивая дама» к вам не расположена. Не стоит так мрачно смотреть на мир. Выше нос!

Ответы под буквой «в» чаще всего выбирают люди, верящие в удачу. Они весьма удачливы во всех делах и начинаниях. Почти любое дело имеет благополучный финал. Судьба как будто хранит их от бед и невзгод. Мелкие неудачи никогда не омрачают настроения этих жизнерадостных оптимистов.

В ваших ответах преобладает буква «г»? Вам можно только позавидовать. Вы настоящий любимец удачи. Она так и ходит за вами по пятам. Вам все в жизни дается легко и быстро. Вы являетесь объектом зависти многих людей. Опасайтесь злых языков.

Как известно, тест – вещь субъективная. Поэтому если результаты тестирования вас не порадовали, не стоит унывать. Удача – женщина непостоянная: сегодня с одним, а завтра... кто знает, может быть, она будет на вашей стороне.

Глава 1

Карьера и любимая работа

Может показаться, что карьера и любимое занятие – вещи несовместимые. Но такое предположение очень часто безосновательно. Можно прекрасно совмещать и карьерный рост, и занятие любимым делом.

Любая карьера начинается с низшей ступеньки. Предстоит сделать много шагов по служебной лестнице, чтобы достичь вершины. И, несомненно, основанием вашей карьеры будет образование. Выбирая будущую профессию, следует задуматься о том, что для вас стоит на первом месте – желание сделать карьеру или занятие любимым делом. Сделать хорошую карьеру можно при помощи хорошего образования. Но оно должно быть также и престижным.

Существует перечень престижных профессий, гарантирующих хороший карьерный рост.

Итак, образование получено. Вы обладаете прекрасными знаниями, вас привлекают исследования в какой-то области, вам это кажется очень интересным. Вы готовы многое сделать, если будете заниматься тем, что хорошо знаете, умеете и любите. Но вам хотелось бы также сделать карьеру. Итак, что же окажется для вас важнее – карьера или любимое занятие?

Заниматься любимым делом очень важно. Психологи утверждают, что человек охотно занимается лишь тем, что ему нравится. Если есть тяга к определенному виду деятельности, человек прикладывает много сил, чтобы хорошо освоить его. Занимаясь тем, что действительно нравится, он старается вникнуть во все тонкости, обращает внимание на любую мелочь. Здесь не существует чего-то более или менее важного. Напротив, каждая мелочь лишь дополняет картину в целом. Для остальных эти мелочи могут быть и не столь существенны, но для энтузиаста они играют огромную роль. Знание всех тонкостей и мелочей своего призвания дает человеку огромное удовлетворение.



Кроме этого, прекрасно разбираясь в каком-то вопросе, человек становится крупным специалистом в своей области. А это немаловажно.

Увлеченность, с которой человек занимается любимым делом, помогает совершать открытия. И очень важно, что занятость по призванию не перестает быть интересной, не надоедает. Тот, кому удастся найти работу по душе, получает огромное удовлетворение от своей работы. Ведь он не только отдается любимому делу, но и приносит своей качественной работой пользу другим людям.

Но очень часто оказывается, что многие люди вынуждены заниматься не тем, что им нравится. На это есть разные причины. Работа, например, очень интересная, но совершенно бесперспективная. Нет никакой возможности для карьерного роста. А это означает отсутствие возможности улучшить материальное положение, добиться более высокого социального статуса. Эти факторы играют очень большую роль при выборе рода деятельности. Очень часто оказывается, что сделать карьеру гораздо важнее, чем заниматься любимым делом.

Но при этом также стоит помнить, что нелюбимое дело, которым человек вынужден заниматься ежедневно, не приносит удовлетворения. Поставленный в определенные условия, человек начинает овладевать определенной профессией, но у него нет стимула досконально изучать ее, он не обращает внимания на мелочи. Нелюбимая работа тяготит. Человек находится не на своем месте. Он не только не рад ничему, но и мешает другим полностью раскрыть свои способности на данном поприще.

«Наука нам поможет»

Последние исследования социологов выявили определенную закономерность. Гораздо большего успеха добивается тот, кто самостоятельно делает карьеру. Пробиваясь с самой низшей ступеньки, эти люди могут достичь высокого положения, в отличие от тех, кому благодаря посторонней помощи удалось занять в самом начале карьеры неплохой пост.

Социологи заметили, что гораздо целеустремленнее в осуществлении своих планов оказываются провинциалы. Приезжая в столицу, они своим упорным трудом добиваются высокого положения. Их творческие амбиции гораздо выше, чем у столичных жителей. Также отмечено, что гораздо успешнее делают карьеру те, кто сначала был не понят или отвергнут.

У большинства не опускаются руки после первых неудач – напротив, неудачи только подстегивают их, заставляя предпринимать все новые шаги для осуществления своих планов.

Вынужденный заниматься нелюбимым делом человек часто испытывает душевный дискомфорт. Очень часто он думает о том, как хотелось бы все бросить, но удерживают только соображения карьерного роста, ведь в другом месте такой перспективы нет. Возможность подниматься по служебной лестнице, а значит, получать от этого определенную выгоду, заставляет очень многих заниматься не тем, что по душе.

Однако если удастся заниматься любимой работой и делать карьеру, это прекрасная возможность действительно реализовать себя. Бесспорно, если человек занимается тем, что ему нравится, он может принести больше пользы. А продвигаясь по служебной лестнице, он также получает и новый шанс лучше раскрыть свой творческий потенциал. У человека таким образом появляется дополнительный стимул.

Хотелось бы заметить, что наибольшего успеха добиваются все-таки те, кто работает по призванию. Поэтому, стремясь сделать карьеру, все же следует выбрать такую область, которая для вас привлекательна. Это даст возможность лучше показать свои знания и реализовать творческий потенциал.

Выбрав занятие по душе, определив область своей профессиональной деятельности, подумайте, где именно лучше всего сделать карьеру, какие для этого есть возможности. Для

хорошей карьеры необходимо правильно выбрать организацию, в которой вам предстоит работать.

Молодые люди, желающие заниматься любимым делом, но также мечтающие о карьере, стремятся работать в большой компании. Но в этом случае следует все внимательно обдумать и тщательно взвесить все плюсы и минусы. Возможно, работать в большой организации престижно. Но так ли просто в ней осуществить карьерный рост, когда вокруг очень много сослуживцев-конкурентов, каждый из которых стремится занять более высокое положение? Перед вами постоянно будет стоять выбор: приложить все силы для занятия любимым делом или подчинить себя штурму служебной лестницы.

В этом случае придется отказаться от осуществления многих своих проектов. Но если вы не станете обращать внимание на карьеру, будете делать только то, что вам нравится, вы можете очень много лет проработать в организации и не изменить служебного статуса.

Поэтому, возможно, лучше начать карьеру в организации более скромной. В небольшом коллективе гораздо проще проявить себя. При известных упорстве, целеустремленности, истинном увлечении делом и, конечно же, хороших результатах вы привлечете к себе внимание начальства. Проявите себя сначала в маленькой организации, станьте «звездой первой величины» в небольшом коллективе, и это обеспечит вам дальнейший карьерный рост, вы сумеете достичь определенного уровня.

Но далее следует подумать о том, стоит ли оставаться в небольшой фирме, если есть силы проявить себя в большем. Для этого, вероятно, придется уйти из этой организации и устроиться в крупную компанию. Многих это останавливает, потому что в большом коллективе вы сначала окажетесь незаметным. Ваши заслуги на предыдущей работе могут никого не интересовать, напротив, на вас сначала посмотрят свысока. Не стоит обижаться на это. Настраивайте себя на достижение успеха и на новом месте. Вы уже попробовали проявить себя, и вам это удалось, значит, готовьтесь продемонстрировать свои способности в новом коллективе.

Памятка карьериста

- * Старайтесь, чтобы ваша работа не превращалась в рутину, а всегда была интересной. Не бойтесь выдвигать новые идеи, даже если кому-то они и кажутся фантастическими.
- * Если вы занимаетесь чем-то интересным, стремитесь заинтересовать этим и других.
- * Не бойтесь предлагать начальству новые проекты, это поможет вам реализовать свои творческие планы.
- * Не забывайте о том, что где бы вы ни работали, всегда нужно ставить цель продвинуться хотя бы на ступеньку выше в своей карьере.
- * Не упускайте выгодных предложений.
- * Всегда помните о перспективе.
- * Если вам намеренно не дают реализовать свои возможности полностью, смените место работы, иначе вы ничего не добьетесь.

Но у вас есть преимущество – вы освоили методы, которые помогли сделать карьеру на прежнем месте. Теперь применяйте их здесь. В первую очередь завоевывайте доверие коллектива. Покажите, что вы очень рады работать вместе с новыми коллегами. Трудитесь с увлечением. Не критикуйте то, что вам не нравится на новом месте, не сравнивайте со своей прежней фирмой.

Но, изучив ситуацию в коллективе, постарайтесь внести несколько дельных советов. Если сделаете это с искренним желанием улучшить результаты, к вашим словам прислушаются. Постепенно вы завоеуете авторитет среди коллег, что обеспечит вам их поддержку.

А хорошие новые проекты помогут подняться по служебной лестнице. Не следует бояться трудностей. Ведь вы занимаетесь любимым делом и всегда можете проявить себя с лучшей стороны.

Возможно, ваша карьера на новом месте будет не столь быстрой, как в предыдущей организации, но учитывайте, что это вполне естественно. Набирайтесь терпения, трудитесь так, чтобы были заметны положительные результаты ваших усилий. Не забывайте предлагать идеи, направленные на улучшение работы компании.

И четко осознавайте, чем является для вас данная компания: вы хотите проработать в ней многие годы и именно здесь добиться профессиональных высот или она является очередной ступенью в поисках лучшего места.

А может, ваши намерения простираются дальше – стать владельцем собственной компании? Конечно же, реализация таких планов – прекрасное осуществление карьеры. Ведь именно в этом случае вы сможете выстроить компанию так, какой видите ее в мечтах. Да и владение собственным предприятием дает ощущение удовлетворения. Вы действительно сможете осуществить все, что задумали, и не только будете иметь возможность заниматься тем, чем хотите, но и полностью реализуете себя.

Хоть поверьте, хоть проверьте...

Леонид Парфенов к 40 годам смог осуществить прекрасную карьеру. Получив образование в Ленинградском университете, он вернулся в родной Череповец, где начал работать в газете. Молодого журналиста интересовала жизнь молодежи, большое внимание он уделял ее музыкальным пристрастиям. Его заметки были очень интересны. Журналист стал известен в городе. Он был одним из организаторов музыкальных фестивалей, которые проводились в Череповце.

Но Леонид Парфенов понимал, что реализовать себя по-настоящему он сможет только в столице. Тем более что его очень привлекала работа тележурналиста. Переехав в Москву, Парфенов стал сотрудничать с молодежной редакцией телевидения. Затем он участвовал в нескольких проектах авторского телевидения. Совместно с Людмилой Чекаловой написал книгу о телевидении, которая называется «Нам возвращают наш портрет». Когда появилась новая компания НТВ, стал работать в ней.

Благодаря его блестящему циклу «Намедни» телеканал привлек многих зрителей. Став генеральным директором НТВ, Леонид Парфенов не перестал заниматься любимым делом. Об этом свидетельствует его цикл передач, посвященных выдающимся людям России.

Работа в различных организациях поможет вам накопить опыт. Управлять коллективом достаточно сложно.

Ведь очень часто приходится заниматься множеством организационных вопросов, а на любимое дело не остается времени. Здесь опять же нужно четко понимать, что для вас важнее – наладить работу фирмы, которая поможет вам осуществить творческие планы, или заниматься самому любимым делом.



Не стоит отчаиваться, если сначала что-то не удастся. Постепенно все войдет в свою колею, вы наладите работу, подберете коллектив заинтересованных людей и сможете осуществить то, что задумали. Вероятно, у вас появится время и на свое любимое дело, а возможно, вы захотите реализовать себя именно в роли руководителя.

Если вы сможете заинтересовать своими идеями подчиненных, то добьетесь прекрасных результатов. Прислушивайтесь к мнению сотрудников, они могут предложить вам много интересных идей.

Итак, занимайтесь любимым делом, но при этом не забывайте о том, что карьера также очень важна. Не упускайте хорошую возможность сделать ее. Продумайте все варианты и выбирайте наилучший. Научитесь ждать, научитесь быть рациональным, в этом случае вы сможете осуществить все задуманное. Работа ваша должна доставлять радость, а не тоску и скуку. Стремитесь найти интересную вам сферу деятельности. Помните, что карьеру невозможно сделать очень быстро, если вы действительно хотите добиться чего-то стоящего.

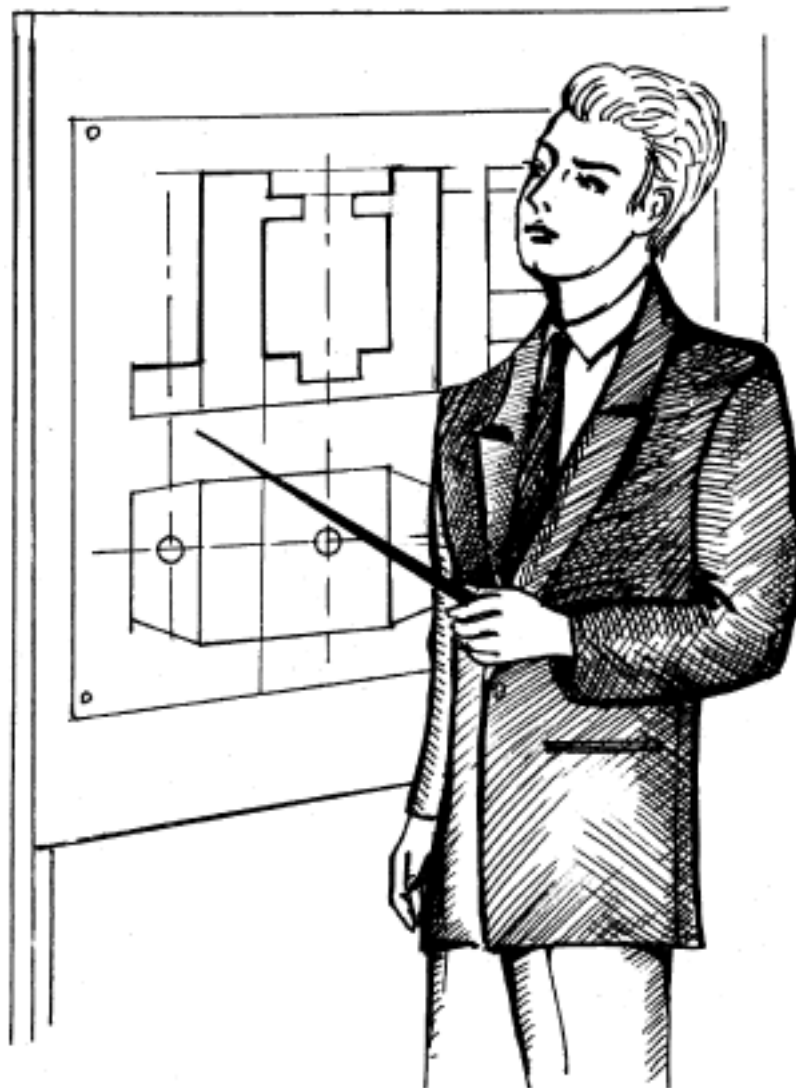
Глава 2

Ключ к профессиональному долголетию

Каждому человеку хотелось бы сделать блестящую карьеру, реализовать свой творческий потенциал. Это удастся не каждому. Но стать специалистом высокого класса возможно. Хорошие специалисты ценятся везде и всегда.

Чтобы стать таким специалистом, необходимо получить определенный набор знаний. Очень часто молодые люди не умеют правильно выбрать учебное заведение, которое гарантирует хорошее образование. Прислушиваясь к советам своих родителей, родственников, молодой человек идет учиться в институт, но через несколько лет понимает, что эта специальность совсем его не привлекает и приобретенные знания вряд ли ему пригодятся. Далее такой молодой специалист приходит на работу, но она ему неинтересна. Промучившись несколько лет, человек увольняется, ищет себе занятие по душе. Найдя подходящее место, он сталкивается с тем, что у него нет подходящего образования, которое ему помогло бы полностью освоить новое дело.

Те, кто хочет действительно полностью реализовать себя на новом поприще, поступают в нужный институт и приобретают необходимые знания. Но многие этого не делают. Бывает, что на это не хватает времени или не позволяют жизненные обстоятельства. Приходится жалеть о том, что в свое время была упущена возможность получить нужную специальность. Упущенное время не вернешь.



Поэтому молодому человеку, который начинает задумываться о своей будущей жизни, о карьере, не стоит слушать чужих советов (несомненно, дающихся из самых лучших побуждений), ему надо выбрать институт, который сможет обеспечить действительно полезными знаниями и поможет в дальнейшем сделать прекрасную карьеру.

Не секрет, что тот, кто самостоятельно выбирает учебное заведение и действительно старается овладеть знаниями, затем весьма успешно реализовывает себя. Получая образование, думайте о том, каким специалистом хотелось бы стать – работать в узкой области или стать профессионалом широкого профиля.

Памятка карьериста

- * Постоянно занимайтесь поиском новых форм, не бойтесь экспериментировать.
- * Используйте в своей работе творческие наработки других, если эти наработки вам нравятся.
- * Старайтесь стать профессионалом высокого класса (они ценятся всегда и везде).
- * Не бойтесь сломать стереотип и выйти на иной уровень.
- * Не бойтесь сломать себе карьеру, если верите в то, что можете достичь гораздо большего на другом поприще.

* Будучи мастером высокого класса, не отмахивайтесь от новых идей – напротив, оцените их профессионально и возьмите на вооружение.

На специалистов-универсалов в последние годы очень большой спрос. Это связано с тем, что появляются новые области, требующие конкретных узкоспециальных знаний. Поэтому во время учебы не пренебрегайте никакими предметами, думая, что они не востребуются в дальнейшем. Напротив, старайтесь получить знания не только по своей основной специальности, но и интересуйтесь достижениями науки в других областях.

Однако знания только тогда имеют ценность, когда они находят правильное применение. Помимо теории, важна и практика. Возможно, сначала придется подыскать временную работу, чтобы получить определенные навыки. Это хорошая возможность применить полученные знания. Освоившись, ищите место, которое поможет полностью реализовать себя.

Иметь знания и навыки необходимо, чтобы стать хорошим специалистом. Но кроме этого, в каждой профессии есть свои секреты, свои тонкости. Те, кто проработал в определенной области достаточно долго, владеют ими. Устроившись на работу, не торопитесь полагаться только на свои собственные знания. Помните, что первоклассным специалистом невозможно стать, не владея тонкостями выбранной профессии. Поэтому как можно чаще обращайтесь к окружающим за помощью, вникайте в глубины мастерства. Если сможете расположить к себе коллег, они охотно поделятся с вами своими секретами.

Но не надейтесь, что можно стать отличным специалистом, пользуясь лишь чужой помощью. Действительно первоклассным специалистом, профессионалом высокого уровня становится лишь тот, кто находится в постоянном поиске.

Не бойтесь искать, экспериментировать. Только поиск нового, исследования в своей области помогут вам оказаться лучшим в среде профессионалов. Успеха не достигает тот, кто лишь копирует других.

Пусть сначала ваши идеи будут тайной для окружающих. Потратьте время на тщательное обдумывание деталей. Но когда вы представите свой проект, свою новую работу, необычную по идеям, но выполненную с настоящим профессиональным мастерством, вы действительно заслужите звание специалиста высокого класса.

Хоть поверьте, хоть проверьте...

Фрэнсис Форд Коппола был уже достаточно популярным. За свои фильмы он четыре раза получал «Оскара» – премию Американской киноакадемии. Его фильмы пользовались огромной популярностью. Но сам режиссер ощущал какое-то внутреннее беспокойство, творческий кризис. Коппола не хотел снимать так, как прежде. Он творчески был выше своих фильмов.

Режиссера не понимали. Продюсеры ждали от него тех же фильмов, что и раньше: сделанных в той же манере, в том же стиле. Однажды Коппола выбросил из окна статуэтки «Оскаров» и поклялся, что не станет повторять пройденного. Он задумал грандиозный проект. Над этим фильмом он трудился почти четыре года. Преодолев невероятные трудности, Фрэнсис Форд Коппола снял картину, действительно не похожую на его прежние работы, но ставшую одним из лучших фильмов XX века.

«Апокалипсис сегодня» демонстрировался почти во всех странах мира. У фильма есть второе название – «Путешествие по Гангу внутрь себя». Фрэнсис Форд Коппола действительно проделал такое путешествие. Через игру актеров он попытался показать, как меняется психология человека, который видит войну, чувствует войну и хочет отказаться от нее.

Фрэнсис Форд Коппола остается выдающимся режиссером, так как не боится искать новое, оставаясь при этом профессионалом высокого класса.

Помните, что нельзя останавливаться на достигнутом. Очень многие люди не смогли сделать достойной карьеры, так как первая работа была весьма удачной. Она поражала необычностью, свежестью, глубиной. Но следующие не оправдывали ожидания, так как человек начинал повторяться.

Не стремитесь каждый раз делать что-то, подобное прежнему. Вы можете использовать свою находку, но при обязательном ее развитии дальше. Не останавливайтесь на достигнутом, пробуйте, меняйте, обогащайте новыми деталями то, что вами уже найдено. Это может подтолкнуть вас к новым идеям и находкам. Постоянный творческий поиск – признак высокого мастерства.

Помимо этого, повседневно оттачивайте свое мастерство на уже изученных областях. Только имея высокий профессиональный уровень, хорошо владея мастерством, можно действительно добиться успеха.

Уже говорилось, что не следует останавливаться на достигнутом. К сожалению, очень часто люди доходят до определенного уровня и боятся идти дальше или успокаиваются. Они так и остаются просто хорошими специалистами. Достигнув чего-то в жизни, человек считает, что это и есть его предел, а дальше идти не стоит, так как в случае ошибки он уронит свой престиж в глазах других. Так складывается определенный стереотип. Но если человек не боится сломать стереотип, не боится идти дальше, он обязательно выйдет на следующий, более высокий уровень.

Пусть новый вид деятельности несколько непривычен для окружающих, а ваши проекты не слишком нравятся, но вы понимаете, что это все необходимо для того, чтобы творческий рост не прекратился. Возможно, вам придется вернуться к прежним наработкам, но вы вернетесь к ним уже на более высоком уровне, со свежими силами и идеями.

Наука нам поможет

По мнению психологов, очень многие люди боятся представить на суд публики не первую, а именно вторую свою работу. Если первый проект оказывается не очень удачным, это чаще всего только подстегивает: в следующий раз все получится, все будет, как надо, возможно, даже значительно лучше. Пропадает и страх возможной неудачи. И, как правило, вторая работа оказывается гораздо лучше первой.

Но если первая работа имела оглушительный успех, у автора рождается внутреннее беспокойство: а будет ли следующая работа такой же удачной, как и первая? Если этого не происходит и вторая работа оказывается безуспешной, у автора может возникнуть творческий кризис, который нередко приводит к депрессии. После этого сделать что-то еще и представить публике следующую работу оказывается невероятно трудно. Многие, так и не преодолев психологического дискомфорта, вообще больше не занимаются подобным видом творческой деятельности.



Многие люди ставили перед собой цель достичь высокого профессионального уровня. Но карьера была для них не слишком важна. Однако делая какую-то работу и применяя свои знания и профессиональное мастерство, они добивались очень многого. Любой руководитель знает, что он может положиться на профессионала высокого класса, так как тот всегда выполнит порученное качественно. Такой человек может и не стремиться занять более высокое положение, для него важнее собственный профессиональный рост.

С другой стороны, может стремиться к более высокому посту в организации и человек, не имеющий высоких профессиональных качеств. Некомпетентность такого человека способна принести большой вред работе. Поэтому хороший руководитель назначит на более высокий пост человека высокого профессионального уровня.

Это тем более важно, что мастер может поделиться своими умениями с остальными. Действительно, мастером высокого класса является лишь тот, кто не боится раскрывать свои профессиональные секреты из страха, что ими может кто-то воспользоваться. Настоящий специалист – тот, кто охотно делится своими наработками, раскрывает тонкости своего мастерства, но при этом ищет новые формы и использует имеющиеся знания с максимальным эффектом.

Именно в этом и заключается подлинное мастерство – знать то же самое, что и остальные, делать все то же самое, но при этом максимально проявлять свои творческие способности, чтобы результат был действительно творением мастера.

Профессионал высокого класса проходит разные этапы своего пути – это ступеньки, которые ведут к вершинам мастерства. Каждый из этапов связан с предыдущим и является стартовой площадкой для следующего. Эти этапы могут различаться по времени (один длится дольше, другой меньше), но не должны уступать друг другу по качеству. Каждый из них важен, ведь он помогает совершенствоваться.

Пусть вас не пугает, что один из этапов может быть гораздо длиннее другого. К примеру, в одной организации человек проработал 5 лет и смог достичь определенного профессионального уровня. Затем для осуществления карьеры он перешел в другую организацию и работает там уже 10 лет. Здесь его служебный рост не такой быстрый, как на предыдущем

месте. Но в течение этого времени человек осваивает тонкости профессии и совершенствуется. Если затем он переходит на новое место работы, его весьма высокий профессиональный уровень поможет гораздо успешнее сделать карьеру.

Наука нам поможет

Шведские социологи выявили, что те компании, которые хотят успешно существовать на рынке, принимают на работу даже пенсионеров, если эти люди действительно являются мастерами высокого класса. При этом сотрудники получают различные льготы и послабления в виде удобного графика работы и различных социальных пособий. В обязанности опытных мастеров входит работа с молодыми кадрами. Компании не обязывают профессионалов раскрывать свои секреты. Но считается, что когда профессионалы работают с молодыми специалистами, они помогают последним обрести мастерство.

Нередко случается, что опытные профессионалы выбирают себе преемника или преемников и начинают обучать их всем тонкостям мастерства. Передавая свое умение, навыки, секреты, они тем самым продолжают свою творческую жизнь в учениках. Социологами также подмечено, что старые профессионалы, работающие с молодыми специалистами, гораздо чаще выдают новые идеи, чем те, кто трудится вне молодежного круга.

Таким образом, чтобы стать мастером высокого уровня и сохранить свое профессиональное долголетие, всегда нужно идти вперед, не бояться нововведений и усовершенствований. Старайтесь воплотить свои идеи в жизнь, не опасаясь, что это может повредить карьере. Стремитесь к качеству и помните, что карьеру весьма успешно сделает лишь профессионал высокого класса.

Глава 3

Здоровье и карьера

Начни карьеру с утренней улыбки

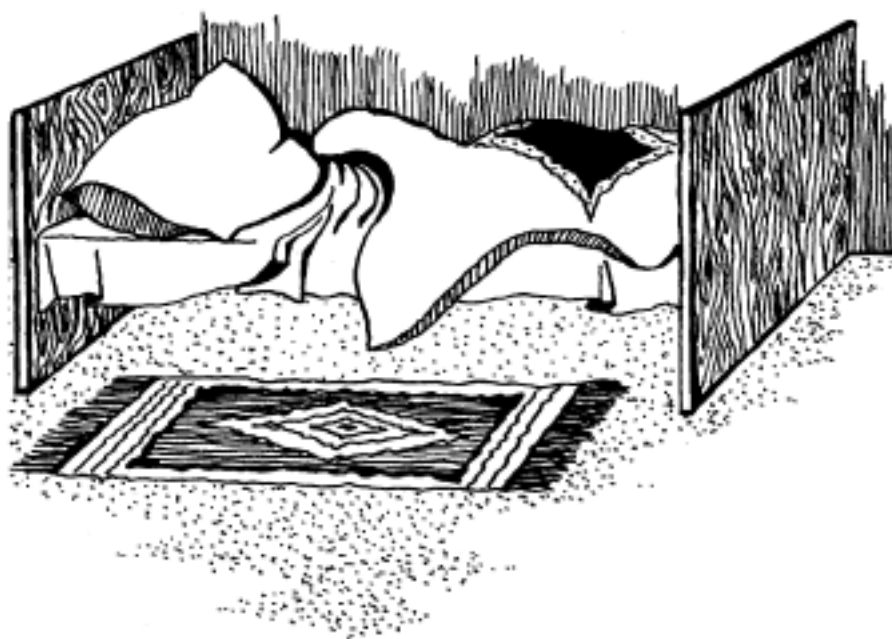
Ни для кого не секрет, что настроение, с которым вы проснулись утром, влияет на весь последующий день и определяет все дальнейшие успехи и достижения. Поэтому с утра лучше не вспоминать вчерашние обиды и неудачи, а начать все заново, с чистого листа и в прекрасном расположении духа. Это умение не только оберегает нервную систему, но и имеет огромное значение для карьеры, поскольку стремление человека к успеху, невзирая на все предыдущие неудачи, настроит на доброжелательный лад и в любом случае принесет исключительно положительный результат.

Хорошим подтверждением данному факту послужит высказывание Г. Торо: «Судите о своем здоровье по тому, как вы радуетесь утру и весне».

Тот, кто умеет отгораживаться от всего негативного и не переносит все свои проблемы на утро нового дня, забывая о них или вовсе не считая таковыми, способен с энтузиазмом приступать к новым делам. Ведь человек сам является автором своих переживаний, бессознательно заставляя себя радоваться или горевать.

Получается, что каждый из нас самостоятельно строит свою жизнь, но у кого-то это получается гораздо лучше, чем у остальных. Так в чем же секрет? По каким ступеням можно достичь до сверкающей вершины успеха?

Итак, для того чтобы в течение дня (не важно, понедельник это или воскресенье) с наибольшей эффективностью реализовать все задуманное и сверх того, необходимо научиться правильно начинать его. Но прежде чем распределять все планируемые дела по времени и степени важности, следует уяснить, что без соответствующего настроения может вообще ничего не получиться, даже если самое серьезное из задуманного вами на сегодня – это мытье посуды.



Для начала постарайтесь освободиться от отрицательных эмоций и раздражения, просто забудьте об их существовании и не переносите на сегодняшний день свои вчерашние проблемы. Бывает и так, что годами в своем сердце мы несем тяжелую ношу невысказанных чувств, переживаний и неприятных воспоминаний, которые мешают всему, а главное – положительной мотивации человека, от которой в большой степени и зависит его успешность.

Необходимо уметь не замечать и не держать в себе все то, что может привести к появлению негативных эмоций и мыслей. Каждое утро вы должны просыпаться в прекрасном расположении духа, ведь новый день – это новая страница, которую нужно постараться написать на «отлично», чтобы еще больше приблизиться к заветной цели. Самое главное, и не только с утра – это «раскрыться» навстречу положительным эмоциям и в прекрасном расположении духа приступить к начатым ранее делам.

Любой человек, настроенный таким образом, неизменно добьется успеха. Уверенный в себе и успешный в делах человек привлекает внимание окружающих. В него влюбляются, ему симпатизируют и подражают, ему доверяют и всегда обращаются за советом. Ну и конечно, ему доверяют в бизнесе, что является уже половиной успеха и хорошим стартом для карьеры.

Чтобы всегда находиться в благодушном расположении духа и не беспокоиться по поводу мелких неприятностей, необходимо быть спокойным не только внешне, но и внутренне, что гораздо важнее. Постоянно прятать в себе болезненные переживания, даже сохраняя на лице улыбку, бесполезно, они никуда не исчезнут. Нужно от них избавиться и улыбаться искренне.

Человек, способный спокойно воспринимать и реагировать на любую информацию, даже самую неприятную, вызывает уважение. Внешняя невозмутимость и спокойное достоинство должны соседствовать с находчивостью, изворотливостью ума и неунывающим характером – вот оптимальный набор личностных качеств, которые необходимы для достижения успеха на деловом поприще.

Наука нам поможет

В отношении вопроса, кто успешнее в бизнесе и карьерном росте – мужчины или женщины, – ничего определенного сказать нельзя. Тем не менее различия в мышлении и восприятии представителей разных полов обусловлены вовсе не образованием и даже не социальными предпосылками, а анатомией – различиями в мозговой деятельности. Пресловутые различия между мужчинами и женщинами все-таки существуют, но вовсе не предполагают никакого неравенства. Мозг мужчины ничуть не совершеннее мозга женщины, и наоборот.

С позиции подобных отличий можно объяснить, почему подавляющее большинство женщин, по сравнению с мужчинами, не делают карьеру смыслом своей жизни и получают более низкую зарплату. Женщины якобы меньше мужчин интересуются деньгами по гормональным причинам: из-за более низкого содержания тестостерона. Этот мужской гормон обуславливает агрессивность, решительность, соперничество – то есть все те качества, которые необходимы для благополучного карьерного роста со всеми вытекающими из этого последствиями и.

Ничто так не ценится в деловых людях, как душевное равновесие и умение скрывать свои эмоции. Но не менее важным качеством является и умение эффективно избавляться от них как от ненужного и вредного балласта. Владение собственной мимикой лежит в основе многих популярных психокорректирующих методик и считается первым этапом в избавле-

нии от груза негативных мыслей, являющегося главным препятствием на пути к обретению спокойствия и успеха.

Расслаблению мышц лица помогают многочисленные косметические процедуры, методики аутотренинга и музыкальная терапия, а также просто приятные мысли, заставляющие забыть обо всем на свете и обрести душевный покой. Цель всех перечисленных процедур – исключение отрицательных эмоций и переживаний, которые со временем становятся причиной стрессов и депрессий. А как известно, такие состояния мало способствуют достижению какого бы то ни было успеха в общем и карьерного роста в частности.

Для достижения успеха существует множество различных способов. Большая их часть основана на том, что ведется работа над созданием психологических предпосылок эффективной деятельности человека в его многочисленных начинаниях. Люди, в понимании окружающих являющиеся «любимчиками фортуны», часто добиваются всего, основываясь исключительно на своей интуиции. Кроме того, такие целеустремленные личности, проявляющие активность и не теряющиеся в любой жизненной ситуации, обладают особым типом психического образа.

Но это вовсе не значит, что кто-то от рождения наделен качеством стремления к успеху, а кто-то – нет. Просто все мы по-разному оцениваем градацию главных жизненных целей и с различной степенью энергичности приступаем к воплощению их в реальность. В зависимости от восприятия психических образов – пассивного или активного – мы и строим свою деятельность. Сколько многообещающих идей и начинаний так и не увидели свет только по той причине, что человек не был настроен соответствующим образом!

Большинство людей, успешных в карьере и бизнесе, уяснили для себя одно важное правило: следует найти свой способ эффективной психологической разрядки, который не принесет вреда окружающим, приведет к положительному результату и в то же время не сделает данную проблему достоянием общественности, что весьма немаловажно для человека, на которого ориентируются окружающие.

Для психологической разрядки кто-то использует боксерскую грушу с наклеенным на нее портретом недоброжелателя или настырного конкурента, другой во весь голос распевает арии на морском берегу под шум прибоя, третий подстригает газон у своего дома. Словом, каждый волен выбирать для себя любой вид деятельности, вызывающий ярко выраженное релаксирующее воздействие и способствующий «излечению» от раздраженности и накопления негативных мыслей.

Для избавления от беспокоящего фактора специалисты также советуют обстоятельно изложить все свои проблемы на бумаге или же поделиться ими с кем-либо, кто в состоянии уделить вам хотя бы немного времени. В обоих случаях результат будет одинаков: вам станет гораздо легче, а проблемы покажутся не такими уж серьезными.

Действительно, очень многое в стратегии достижения успеха зависит от нашей самооценки и настроения. Доброжелательный, деятельный и уверенный в себе человек сможет достичь гораздо большего, чем замкнутый, закомплексованный и стеснительный. Не нужно стараться понравиться или заслужить похвалу, прибегая к лицемерию и притворству: гораздо лучше, если все это получается естественно, само собой. Хотя некоторые познания в житейской психологии, а также актерские таланты только помогут в процессе продвижения по служебной лестнице.

Хоть поверьте, хоть проверьте...

Эта история повествует о том, как человек, завидуя чужому благополучию, не замечает собственного счастья и не стремится к успеху.

Как-то раз в одном из дворцов прекраснейшего старинного города был устроен долгожданный карнавал. Он был необычный: все присутствующие нарядились в одинаковые костюмы и маски. Царившее во дворце веселье

поражало своим размахом: множество огней, удивительная музыка, богатый праздничный стол. Смех и радость наполняли стены дворца. Один из гостей, пробираясь сквозь восторженную толпу, случайно взглянул в дверной проем и увидел, что ему непринужденно улыбается незнакомец. Незнакомец смотрел на него в упор, и его смеющиеся глаза как будто говорили: «Посмотри, как мне весело! До чего же хороша жизнь!»

Но гость испугался этого будто насмешливого взгляда, поспешил развернуться и вновь затеряться в толпе. Он шел по шумным залам, заполненными радостными людьми, и размышлял: «Наверное, этого счастливого и беззаботного человека не одолевают заботы и он легко справляется со всеми трудностями, возникающими на его пути. Наверняка он неизменно достигает успеха, за что бы ни взялся. Отчего же я не могу быть хоть немного похожим на него?» Эти мысли заставили его совсем забыть о празднике и погрузиться в тягостные воспоминания о собственных неудачах и поражениях. Остаток чудесного вечера он провел в размышлениях о собственной жизни.

Наконец, когда гости разъехались, этот человек снял маску и тяжелой походкой направился к выходу. Проходя мимо того дверного проема, где ему встретился счастливый человек, он не удержался и еще раз взглянул туда. И, пораженный увиденным, остановился, так как перед ним оказалось не что иное, как огромное зеркало с его собственным отражением.

Действительно, как часто мы не замечаем своего счастья или же не хотим его видеть! Многие люди не склонны считать себя одаренными и необычными личностями просто потому, что они так думают. В результате они окончательно разубеждают в этом не только себя, но и окружающих, после чего вовсе утрачивают свои непризнанные таланты и всю жизнь плачутся другим на свою непутевую долю. С такой самооценкой невозможно не то что сделать успешную карьеру, а даже осуществить успешную вылазку на близлежащий рынок.

Для того чтобы почувствовать себя успешным человеком и таковым стать, можно воспользоваться эффективной методикой аутотренинга, который ненавязчиво заставит человека поверить в свои силы и начать все заново, если раньше его попытки сделать карьеру заканчивались неудачей. Грамотное использование аутотренинга дает поразительные результаты.

Аутотренинг представляет собой специализированный комплекс упражнений для самоотработки человека через непосредственное воздействие на его психику. Как известно, человеческая психика напрямую связана со всеми реакциями и воспринимающими рецепторами на уровне организма. Другими словами, внешние воздействия любого уровня неизбежно вызывают у нас определенную реакцию, которая может иметь разнообразные последствия, в зависимости от нашего уровня самооценки.

Например, уверенная в себе личность пропустит мимо ушей любое критическое замечание в свой адрес, пребывая в незыблемой уверенности в собственном профессионализме. А человек с низкой самооценкой в этом случае сразу же задумается, действительно ли он выбрал правильный путь для достижения карьерного успеха или же ему лучше вовсе отказаться от каких-либо устремлений в данной области и найти менее рискованное занятие.

Нельзя недооценивать важность и значение самоуверенности и психологического комфорта как для хорошего самочувствия человека, так и для его успешной деятельности. Ведь любые неприятные эмоции и переживания имеют деструктивное влияние на любую личность, заставляя усомниться в собственных возможностях и бросить на произвол судьбы однажды начатое дело, которое могло оказаться успешным.



Аутотренинг представляет собой речевое или же визуальное самовнушение с помощью текстов определенного содержания, которые программируют человека на деятельность, способствующую достижению успеха.

Специально подобранные тексты произносятся человеком или же зрительно им воспринимаются, определенным образом влияя на его психику. Целью такого самовнушения является получение определенной реакции на психическом уровне, которая и заставит изменить стратегию поведения и повысить уровень самооценки. Вследствие внутренних изменений происходят и внешние метаморфозы, подчас меняющие человека до неузнаваемости. Спадет напряжение, морщины разгладятся, а улыбка будет естественной.

Наука нам поможет

Психологи считают, что улыбчивые, приятные в общении люди имеют большую предрасположенность к достижению успеха в любой сфере деятельности, чем мрачные и вечно всем недовольные пессимисты. Кроме того, если с перечисленными качествами соседствуют такие, как целеустремленность, настойчивость и энергичность, человек, наделенный ими, имеет прекрасные данные для достижения успеха именно в карьере или бизнесе.

Аутотренинг представляет собой не только целенаправленную регуляцию физиологического состояния, но и осмысление нами собственных действий. Человек должен осознать возможность и необходимость изменения своего состояния и самосознания, чтобы направить их на получение конкретного результата. В нашем случае это приобретение должного уровня самоуверенности, освобождение от негативного мышления, позитивное программирование, а также осознание того, как именно выявленные недостатки влияют на самочувствие, настроение и уровень самооценки отдельно взятого человека. Может быть, именно с

ними связаны комплексы, которые преследуют некоторых из нас всю жизнь и не дают спокойствия.

Внушая себе определенные установки, вы постепенно освободитесь от мучающих переживаний, что вызовет некоторые изменения и на физиологическом уровне – ваш мозг откажется от травмирующих мыслей и сам сформулирует проблему, от которой вы впоследствии благополучно избавитесь. Другими словами, на первом этапе использования аутотренинга происходит распознавание подсознательных переживаний и их оформление в вербальные образы, что значительно облегчает работу над их дальнейшим преобразованием.

Тексты-установки, используемые для аутотренинга, можно создать самостоятельно или же воспользоваться готовыми аутогенными формулами. Самостоятельное их составление и разработка рекомендуются в том случае, когда вы хотите добиться наиболее эффективных результатов, что возможно только при учете всех индивидуальных особенностей и личностных качеств, мешающих достичь успешного результата.

Это может быть просто лень или же страх перед неизвестностью, боязнь неудачи. В данном случае важно учитывать, чего именно вы хотите добиться с помощью аутотренинга, то есть ясно представлять и осознавать поставленные цели. При использовании готовых аутогенных программ выбирайте ту, которая уделяет наибольшее внимание характерным именно для вас проблемным аспектам, а значит, наиболее подходящую для вас. В данном случае мы советуем положиться в выборе на собственную интуицию.

Для начала необходимо максимально точно поставить перед собой цель самовнушения. Нужно постараться настолько свыкнуться с ней, чтобы она исходила изнутри. Кроме того, заставьте себя забыть о самокритике и не сомневайтесь в успехе. Даже если в самом начале занятий присутствуют некоторый страх и неуверенность, не обращайтесь на них никакого внимания и спокойно продолжайте, поскольку сомнения – это вполне нормальное явление при начале любого нового и волнующего дела. Не пытайтесь ускорить получение результата – это ни к чему не приведет и только расстроит вас.

Помните, что со временем у вас все обязательно получится, и остается только набраться терпения и упорно продолжать занятия. Самовнушение никогда не пропадает даром, рано или поздно оно обязательно принесет положительный результат. Объяснить это можно тем, что подсознанию требуется время, чтобы привыкнуть к новым установкам, а организму – чтобы выработать соответствующую программу функционирования.

И последнее: сделайте так, чтобы во время аутогенного сеанса окружающая вас обстановка была приятной и комфортной, включите негромкую успокаивающую мелодию и наполните комнату приятным ароматом. Создайте для себя расслабляющие условия, настраивающие на положительный лад. Все установки должны иметь положительное толкование, в них не допускаются никакие отрицательные слова и частицы – такие, как «нет», «никогда», «не буду», «не умею», «не хочу» и т.д. В качестве готовых аутогенных формул можете использовать следующие тексты:

– Я всегда рассчитываю только на свои силы. Моя жизнь в большей степени зависит от меня самого. Я способен изменить ее, если это мне нужно. Я с легкостью и радостью приступаю к новым многообещающим делам. Даже без предварительного и обстоятельного обдумывания я способен легко добиться головокружительного успеха. Все мои прогнозы всегда оказываются благоприятными. Я уверен в себе, в своих силах, способностях и возможностях. Я всегда полагаюсь на свою память. Вокруг меня столько прекрасного, что я испытываю массу положительных эмоций! Я самый счастливый человек на свете. Я уверен, что все будет еще лучше, чем я думаю.

– Моя жизнь красочна, многообразна и содержательна. У меня на все хватает времени, я прекрасно организованный человек. У меня замечательные семья и работа, много друзей и интересов. Мои качества характера, умения и знания в полной мере востребованы и удовле-

творяют всех. В любой ситуации я чувствую себя уверенно, спокойно и комфортно. Я доволен своей карьерой и личной жизнью, меня любят мои друзья и коллеги. Я быстро перестраиваюсь с одного вопроса на другой и произвожу неизменно хорошее впечатление. Я хочу знать еще больше, чем мне известно. Я готов учиться мудрости и получать бесценный опыт. Я с легкостью добьюсь всего задуманного, а моя карьера будет безупречной.

Все словесные формулы следует составлять уверенно, с самоодобрением, ощущением внутренней свободы и радости. Проговаривайте все установки несколько раз – от пяти до семи, так как именно такое количество повторений требуется для усвоения информации под сознанием.

Установки, используемые для визуального воздействия, должны быть более лаконичными и конкретизированными. Например, на отдельных листах бумаги можно написать следующее: «Я бесспорный лидер в своей области», «Я всегда добиваюсь всего, чего хочу», «Мой профессионализм не заставляет никого сомневаться в моей ценности», «Все мои достижения делают мне честь», «Я горжусь собой», «Главные мои качества – постоянство и уверенность» и т.п.

Листки с самоутверждающими надписями развесьте по всей квартире на самых видных местах. Например, в этих целях можно использовать дверцу холодильника, зеркало в ванной, монитор компьютера или чайник на кухне. Чем чаще вам будут попадаться на глаза эти надписи, тем лучше. Постепенно вы так с ними свыкнетесь, что не будете ни капли сомневаться в правдивости написанного и с легкостью добьетесь желаемого.

«Памятка карьериста»

* Не следует считать время, потраченное на себя и проведенное у зеркала или в спортзале, безвозвратно ушедшим и бесполезно использованным. Те минуты, которые мы проводим наедине с собой, приводя в порядок свой внешний вид перед выходом из дома, особым образом настраивают нас на дальнейший день.

* Запомните, что невозможно добиться успехов на поприще карьеры, не занимаясь собою – своим внешним видом и здоровьем.

Словесные и написанные установки должны включать в себя фразы, не только включающие общие характеристики вашего характера, но и более мелкие детали, которые волнуют вас и являются предметом переживаний. Ваша задача – с помощью самовнушения убедить себя, что все эти проблемы надуманны и яйца выеденного не стоят. Главное – это выражать собственную любовь к себе, своей неординарной личности и способностям. Полюбите себя, считайте себя гениальным и талантливым, а успех придет сам собой.

Девиз карьериста: быть в спортивной форме

Хорошее здоровье человека, занимающего ответственный или руководящий пост, является одним из главных требований к нему – помимо профессионализма и личностных качеств лидера. Дело не только в том, что гораздо приятнее в качестве начальника лицезреть подтянутого и приятного во всех отношениях босса, занимающегося спортом, а не вечно брзжащего и заплывшего жирком тирана. Ведь от здоровья шефа зависит здоровье и эффективность функционирования всей организации, а в случае его нескончаемых больничных она лишается контроля и существует, грубо говоря, сама по себе. Если так продолжается довольно долгое время, подорванное здоровье начальника может поставить под сомнение дальнейшее существование его дорогого детища.

Проблемы со здоровьем тоже могут поставить крест на так и не начавшейся карьере. Вдвойне обидно, если человек действительно мог достигнуть всего задуманного и заслуживал будущего успеха.

Преимущества активного образа жизни налицо: во-первых, тренировка ума и тела сделает вас гармонично развитой личностью; во-вторых, увлечение спортом даст хорошую репутацию и станет источником новых полезных знакомств (особенно это касается так называемых элитных видов спорта); в-третьих, на вас будет просто приятно смотреть, а ваше самочувствие и настроение станут замечательными. Неоценимо и психотерапевтическое воздействие, которое оказывает спорт, что немаловажно при такой нервной и беспокойной деятельности, как стремление сделать карьеру.

«Наука нам поможет»

Исследования психологов доказывают, что в любой организации «живущие» в ней люди ни в коем случае не изолированы друг от друга, а общее благополучие коллектива в первую очередь зависит от результатов деятельности каждого, взятого в отдельности. Причем тот, кто играет главенствующую роль, направляет деятельность коллектива в нужное русло и выполняет управленческую деятельность, является своего рода «главной шестеренкой», при выходе которой из строя ломается вся машина.

Каждый из нас выполняет определенную роль, и каждый из нас знает огромное количество ролевых сценариев, выбирая из представленного набора подходящий для той или иной ситуации. На своем рабочем месте мы выступаем в особой ипостаси, взаимодействуя со своими коллегами, клиентами и руководителями. Преследуя свои цели, все мы должны учитывать ролевое поведение окружающих, не забывая о существующих для каждой роли правилах и не выходя за рамки дозволенного.



Для того чтобы наиболее эффективно выполнять свою руководящую роль, любой начальник или человек, стремящийся им стать, должен строго соответствовать сложившемуся образу «идеального босса». Прежде всего ему требуется выдерживать имидж, не позволяя себе выглядеть, действовать и говорить, как ему не следует.

Для начала определим, что же такое имидж и что именно включается в это понятие. Имидж – это внешний вид человека или его искусственная имитация с четко определенной целью. Это стиль одежды, манера поведения и способы общения человека. Настоящий

карьерист должен серьезно относиться к своему имиджу, поскольку это – его фирменный знак, знак качества, от которого зависит его репутация и в большой степени – достижение успеха.

Забота о карьере и успехе в делах может успешно соседствовать и дополняться активной спортивной деятельностью, и такой успешный «симбиоз» охарактеризует деятельного человека исключительно с положительной стороны. Добившись определенных высот в спорте, вы покажете, что не только являетесь обладателем крепкого здоровья и воли к победе, но и способны оказаться успешным в другой области. Например, в бизнесе и карьере.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.