УДК 37.03

ПРОЦЕСС ОПРЕДЕЛЕНИЯ ЖИЗНЕННЫХ ЦЕЛЕЙ КАК ВАЖНАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ ДЕЛОВОГО ЧЕЛОВЕКА

The process of determining life goals as an important component of a business person

А. Ф. Габдрахимова, студент
А. В. Фетисова, старший преподаватель
Уральский государственный аграрный университет
(Екатеринбург, ул. Карла Либкнехта, 42)

Рецензент: Т. И. Кружкова, кандидат исторических наук, доцент

Аннотация

Для каждого человека важным моментом его жизни становится достижение желанного результата с помощью постановки четко сформулированной цели. В этой статье подробно описывается, что такое цель, как правильно её сформулировать и что может стать помехой для её успешного достижения.

Проблема определения и постановки жизненных целей будет актуальна всегда, ведь каждый человек рано или поздно сталкивается с мыслями о том, что он хочет в будущем и как к этому прийти. Тогда жизнь человека делится на две: на текущую и на возможную жизнь, которую мы на самом деле хотим прожить. Про вторую жизнь мы знаем только то, что мы хотим, чтобы она стала явью. Но ее не дано прожить тем, кто вечно оттягивает принятие решений, медлит и сомневается. Ее проживет только лучший, собранный, уверенный в себе, здоровый человек.

Ключевые слова: постановка цели, мотивация, ориентир на будущее, мышление, желаемый результат.

Summary

For each person, an important moment in his life becomes the achievement of the desired result by setting a clearly formulated goal. This article describes in detail what a goal is, how to formulate it correctly and what can become an obstacle to its successful achievement.

The problem of defining and setting life goals will always be relevant, because every person early faces thoughts about what he wants in the future and how to come to it. Then a person's life is divided into two. On the current and possible life that we really want to live. All we know about the second life is that we want it to come true. But it is not given to those who are forever delaying decision-making, procrastinating and doubting. Only the best, collected, self-confident, healthy person will live it.

Keywords: goal setting, motivation, orientation for the future, thinking, desired result.

С проблемой постановки жизненных целей сталкивается каждый человек, когда задумывается о своём будущем. И тут он задает себе вопрос, что я хочу в будущем. Что мне нужно делать, чтобы я пришел к конечному результату, который желаю достичь? Здесь человек ставит некий ориентир на будущее, которое он хочет. Это и называется целью [2].

Зачем же нужно ставить цели?

Процесс определения жизненных целей является неотъемлемым этапом для достижения успехов в жизни человека. Многие люди даже не задумываются о значимости этого процесса. Эти люди просто «плывут по течению» и живут по воле судьбы. Но как с такой позицией они придут к жизни, о которой на самом деле мечтают? И понимание, что они находятся там,

где не хотят, приходит слишком поздно. Как результат-недовольство своей судьбой. Отличие таких людей от человека, который знает, чего хочет и как к этому прийти, в мышлении. И только человеческое сознание останавливает людей в достижении высоких целей. Например, когда у человека появляются какие-то трудности на его пути к цели, он воспринимает это как интересную задачу, которую нужно решить, и это не помешает ему достичь желаемого результата. Потому что он понимает, что неудачи на пути будут у всех, важно лишь то, как мы относимся к этой неудаче. Важно извлечь опыт из ситуации и двигаться дальше. Ведь человек, которого останавливает каждая трудность, который воспринимает каждую неудачу как конец жизни, никогда ни к чему не придет. Поэтому важно определиться как можно раньше, чего ты хочешь от жизни и как к этому прийти.

Но не нужно забывать про действия. Человек, который имеет цель, но ничего при этом не делает, ничего не добьется. Потому что мало определиться и поставить цель, важно совершать действия, которые приведут к этой цели (рис. 1). Именно отсутствие действия – граница между вашей текущей жизнью и возможной. Эффективное действие дает свободу. Оно – путь к достижению целей. «Цель без плана действий – всего лишь мечта» – М. Дж. Райан (современная бизнес-тренер, коуч по психологии саморазвития) [4].

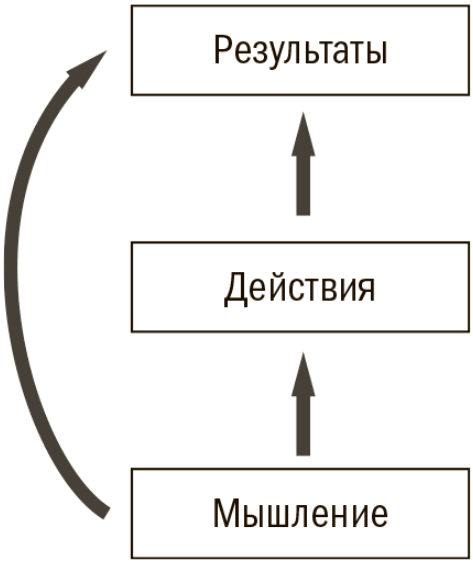

Рис. 1. Ваши результаты отражают ваш образ мышления

Когда человек четко определился, чего хочет в будущем, он концентрируется на выполнении всех действий для её осуществления и не тратит силы на ненужные «телодвижения». Осознание своих целей определяет мотивацию для дальнейшей работы. То есть человеку нужна мотивация, чтобы достичь желаемого результата в будущем. Здесь идет речь о мотивации как внутреннем мотиве, заставляющем двигаться в направлении желаемого результата в будущем. Для чего и ради чего вы это делаете? Нужно поставить такую цель, чтобы она вас вдохновляла и мотивировала на совершение определенных действий на пути к её достижению. Именно такой должна быть правильная постановка цели.

Как поставить цель?

При постановке цели важно, чтобы она была досягаемой, т.е. желаемый результат должен быть реальным и являться конкретной вершиной вашего успеха, определенный временными рамками. Правильно поставленная цель побуждает в человеке мотивацию сделать конкретные шаги для ее достижения. В противном случае постановка цели в качестве недосягаемой

мечты будет угнетать состояние человека с каждой провальной попытки. В конечном итоге цель не будет достигнута, и силы на ее достижение будут потрачены напрасно [1].

Также не стоит забывать, что мотив для достижения целей должен быть именно вашим. То есть это должен быть конечный результат, который ВЫ хотите достичь, а не ваша мама, сосед, лучший друг. Ведь, если это будет не ваша цель и не тот результат, к которому вы на самом деле стремитесь, то захотите ли вы тратить свои силы и время на её достижение?

Алгоритм постановки жизненных целей

Первым шагом к постановке цели является сравнение текущей жизни и будущей. Проанализировать, что вас не устраивает в текущей жизни, что хотите изменить и к чему прийти. Жизнь, которую вы хотите в будущем, должна быть описана в мельчайших подробностях. Важно прописать это, так как изложение своих мыслей на бумаге побуждает вникнуть в конкретные детали.

Вторым шагом является обоснование значимости этой цели, также важно объективно оценить степень достижимости цели. Не стоит ориентироваться на такой результат, к которому вы, в силу определенных обстоятельств и фактов, не сможете прийти. Цель должна быть досягаемой и реальной [5].

Третьим шагом нужно написать пошаговый план к достижению цели, указать временные рамки. Этот этап многие люди недооценивают, но это ошибка в достижении желанного результата. «Не стоит растягивать достижение цели. Пусть это будет спринт, а не марафон» - «12 недель в году» – Брайан Моран [3].

В заключении стоит отметить, что залогом определения жизненных целей делового человека должно быть четкое понимание как правильно формулировать и достигать свои цели. Ведь главным в реализации целей - это их правильная постановка. Она должна быть конкретной, реальной и ограниченной временными рамками, в противном случае, цель не будет достигнута и все силы будут потрачены понапрасну.

Следуя предложенному алгоритму можно грамотно составить планы на будущее, а значит выстроить направление своей деятельности на достижение успеха.

Библиографический список

1. *Коротков Э. М.* Управление изменениями: Учебник и практикум для вузов / Э. М. Коротков, М. Б. Жернакова, Т. Ю. Кротенко. М.: Юрайт, 2021. 278 с.

2. Менеджмент: Учебник для вузов / Ю. В. Кузнецов [и др.] ; под редакцией Ю. В. Кузнецова. М.: Юрайт, 2021. 448 с.

3. *Моран Б., Леннингтон М.* 12 недель в году. Как за 12 недель сделать больше чем другие успевают за 12 месяцев. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014. 208 с.

4. *Райан М. Дж.* В этом году я… Как изменить привычки, сдержать обещания или сделать то, о чем вы давно мечтали. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2021. 256 с.

5. *Турчинов А. И.* Кадровая политика и управление персоналом: проблемы теории и практики [Электронный ресурс] // Коммуникология. 2014. № 5. Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/kadrovaya-politika-i-upravlenie-personalom-problemy-teorii-i-praktiki.