

10. Программа саморазвития

- Сначала сформулируйте цель.
- (можно взять уже сформулированную Вами цель из заданий Smart-тест, Дерево целей)

- Подумайте, какие качества и характеристики наиболее важны для реализации той цели.
- Выберите 4-5 характеристик.
- (если есть затруднения с выбором характеристик, то можно выбрать из списков, см. следующие слайды)

Мудрость и знание

1. Любознательность
2. Любовь к знаниям
3. Способность к суждению
4. Изобретательность, творческий подход
5. Умение общаться
6. Умение видеть перспективу

Мужество

7. Храбрость
8. Упорство
9. Цельность характера

Гуманизм и любовь

10. Доброта
11. Способность любить и быть любимым

Справедливость

- 12. Коллективизм
- 13. Справедливость
- 14. Лидерские качества

Умеренность

- 15. Самоконтроль
- 16. Благоразумие
- 17. Смирение

Трансцендентность (духовность)

- 18. Чувство прекрасного
- 19. Благодарность
- 20. Надежда
- 21. Вера
- 22. Прощение
- 23. Юмор
- 24. Увлеченность

Компетенция	Индикаторы
1. Инициативность	Делает больше, чем от него требуют.
2. Ответственность	Выполняет взятые на себя обязательства.
3. Умение реализовывать свои замыслы	Добивается намеченного даже в условиях сопротивления реализации своих замыслов.
4. Умение согласовывать интересы	Достигает взаимовыгодных договоренностей между сторонами даже в конфликтных условиях.
5 Организованность	Своевременно выполняет задания, четко укладывается в график работы.
6. Умение воодушевлять других	Заражает других своими идеями, вовлекает людей в свои проекты.
7. Самообучаемость	Любознательность, стремление обогащать свой жизненный опыт.

- Далее надо составить эпюру – схему, на которой будут отражены характеристики и степень их проявления в настоящие период и желаемый их уровень.
- Поставьте точку в центре листа, далее из точки проведите столько лучей, сколько характеристик вы взяли. Пронумеруйте лучи, подпишите, какой луч какой характеристике соответствует.
- Отметьте нынешнее проявление качеств и характеристик (чем дальше от центра, тем сильнее проявление). Другим цветом – отметьте желаемый уровень проявления характеристик. Соответственно, соедините точки линиями.



 - сейчас
 - в идеале

- Выберите то качество, которое вы хотите развить. Заполните таблицу (см. следующий слайд).

Программа саморазвития

Вопрос	Ответы, аргументы
1. Какое качество я хочу развить?	
2. Цель развития качества (по Smart-тесту) - в чем конкретно это качество заключается? - по каким признакам я пойму, что она развивается? - это вообще достижимо? - в чем мне выгодно это качество? - сколько времени потребуется?	
3. С чего Я начну и что конкретно я буду делать?	