

# Тема 1.2. Подходы к системному целеполаганию.

# Рассматриваемые вопросы

- Определение проактивности и реактивности
- Интересы и потребности человека.
- Опыт Бенджамина Франклина.
- Определение, виды и иерархия ценностей человека.
- Методы определения ценностей
- Личная миссия.
- Понятие ключевых областей жизни. Понятие ролей.
- Постановка генеральной цели и ее декомпозиция
- Карта долгосрочных целей

# Определение проактивности и реактивности

Стивен Кови различает следующие подходы к жизни:

- *Реактивный подход;*
- *Проактивный подход.*

# Определение проактивности и реактивности

- *Круг забот* - значительный перечень вопросов и явлений, которые нас волнуют.
- *Круг влияния* - вопросы и явления, которые поддаются личному контролю.

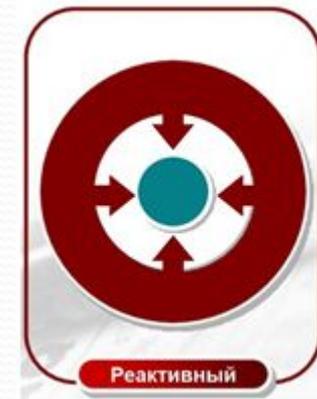


# Определение проактивности и реактивности

Проактивные люди  
отдают приоритет «кругу влияния».



Реактивные люди сосредоточивают  
свои усилия на «круге забот»



# Определение проактивности и реактивности

Методы смены реактивного поведения на проактивное:

- Ставя перед собой вначале небольшие, несложные и достижимые задачи, можно постепенно проложить путь к успеху.
- Когда цель достигнута, мы испытываем невероятный подъем и уверенность в своих силах, появляется необходимость определять для себя новые цели.

# Интересы и потребности человека

- Общепринято считать часы – главным инструментом и даже символом тайм-менеджмента. Тем не менее, использование часов в качестве основного инструмента управления своим временем не только неразумно, но и плохо влияет на личную эффективность



# Интересы и потребности человека

- Согласно одному из основоположников теории мотивации Абрахаму Маслоу динамический подход к мотивации предполагает ее непрерывное изменение, при этом фундаментальные потребности, присущие всем индивидуумам, остаются неизменными.

# Интересы и потребности человека

Виды потребностей А. Маслоу в порядке возрастания уровней:

- *Физиологические потребности;*
- *Потребность в безопасности;*
- *Потребность в принадлежности и любви;*
- *Потребность в признании;*
- *Потребность в самоактуализации.*

# Интересы и потребности человека

Также выделяют:

- *Когнитивные потребности;*
- *Эстетические потребности.*

# Интересы и потребности человека

- Интерес - целенаправленное отношение человека к какому-либо объекту, стремление к ознакомлению с новыми фактами о нем, более полному и глубокому его изучению.

# Интересы и потребности человека

Существует несколько *классификаций интересов:*

- *по направленности;*
- *по степени общности;*
- *по содержанию;*
- *по характеру субъекта.*

# Опыт Бенджамина Франклина

- Опыт Бенджамина Франклина:

план на день

краткосрочный план

долгосрочный (на годы) план

генеральный план достижения цели

глобальная цель (достойная цель творческой личности)

главные жизненные ценности человека - то, чего он хочет от жизни

# Опыт Бенджамина Франклина

Все дела при планировании можно отнести к одной из трех категорий;

- *Важные;*
- *Второстепенные;*
- *Малозначительные.*

# Определение, виды и иерархия ценностей человека

- Ценность – это положительная или негативная важность объектов и явлений существующей действительности для людей, социальной группы или социума в целом.

# Определение, виды и иерархия ценностей человека

Ценности классифицируют:

- по уровню общности (личные, коллективные, общечеловеческие);
- по сферам общественной жизни (материально-экономические, социально-политические и духовные);

# Определение, виды и иерархия ценностей человека

В современном мире разделяют:

- Высшие (абсолютные) ценности;
- Низшие (относительные) ценности.

# Методы определения ценностей

## Методы определения ценностей:

- Эпитафия;
- Дескрипторный;
- Мемуарник;
- Журнал побед;
- анализ ролей;
- Наследство;
- Журнал мечты;
- Анализ любимых произведений аудиовизуального искусства.

# Методы определения ценностей

Методы определения ценностей:

- Эпитафия;
- Наследство;
- Мемуарник;
- Журнал мечты;
- Хронометраж;
- Анализ любимых произведений аудиовизуального искусства.

# Методы определения ценностей

- Способом детального определения собственных ценностей является техника последовательного перехода от наших обычных, повседневных задач к целям более высокого уровня.
- Анализ парных сравнений помогает выбрать из двух задач, ценностей приоритетную путем анализа и сравнения.

# Методы определения ценностей

Выделяются понятия:

- «Родные» цели;
- «Навязанных» цели.

# Личная миссия

- Цель – это то, что мы «берем» от жизни, завоевываем, получаем;
- Миссия – то, что мы «отдаем», привносим в этот мир;

# Личная миссия

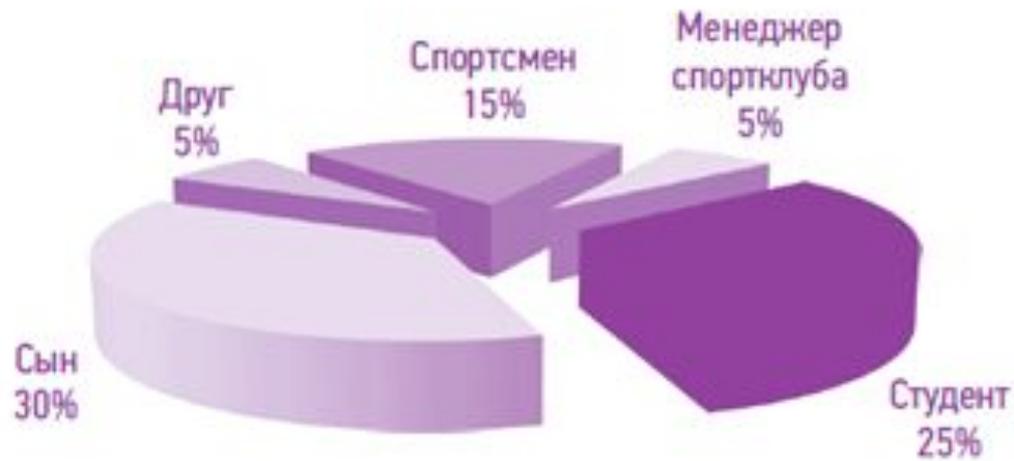
- Личная миссия – это главная цель вашего существования, то, что для вас важнее всего в жизни в целом, она отражает суть: кем вы хотите стать в своей жизни и что сделать.
- Призвание – это понимание того, что, кроме нас, с этим делом никто не сможет справиться. Это то, чем мы будем заниматься вне зависимости от того, получаем ли за это деньги или нет.

# Понятие ключевых областей жизни

- Ключевые области — это от пяти до девяти основных направлений вашей деятельности, в которых развивается ваша жизнь.
- Центр жизненных интересов — это область восприятия жизни, в которой человек ощущает себя наиболее комфортно.
- Ролевая функция — это совокупность определенных действий и отношений в рамках определенного круга людей.

# Понятие ключевых областей жизни

- Ролевые функции:



# Постановка генеральной цели и ее декомпозиция

- Наиболее продуктивным путем определения целей является последовательная детализация и уточнение исходной общей формулировки
- Широко распространен метод, получивший название «дерево целей».

# Постановка генеральной цели и ее декомпозиция

- Метод «дерево целей»:



# Карта долгосрочных целей

- Тайм-менеджмент предполагает управление нашими целями, задачами, сроками, планами, жизнью (*life management*).
- Для того чтобы сформулировать собственно цели лучше всего подходит карта долгосрочных целей.

# Карта долгосрочных целей

- Карта долгосрочных целей:

Годы	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	...	2022
Возраст		30					35					40					45		
Карьера		Начальник отдела							Вице-президент										
Профессиональное развитие				Получить степень MBA															
Личное развитие											Написать книгу (нужно понять, о чем и зачем)								
Семья		Сын					Построить дом					Дать образование сыну							

# Результато-ориентированная формулировка цели

- Технология результатно –ориентированного планирования строится на основе классического контрольного списка или списка текущих дел, но с определенными настройками.
- Все задачи (текущие дела) записываются по формуле: ГЛАГОЛ + ЯСНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ