

# ЦЕЛЕПОЛАГАНИЕ



**ПАГИН ВАСИЛИЙ  
АЛЕКСАНДРОВИЧ –  
ЗАМЕСТИТЕЛЬ ДИРЕКТОРА ПО  
УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ  
РАБОТЕ МБВСОУ «ОСОШ № 7»  
(УДМУРТСКАЯ РЕСПУБЛИКА,  
ГОР. ИЖЕВСК)**

**ЦЕЛЬ** - ЭТО ИДЕАЛИЗИРОВАННОЕ ВОПЛОЩЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТА КАКОЙ-ЛИБО ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И СПОСОБОВ ЕГО ДОСТИЖЕНИЯ С ПОМОЩЬЮ КОНКРЕТНЫХ ИНСТРУМЕНТОВ. ОНА ТЕСНО СВЯЗАНА С ЖЕЛАНИЯМИ И НАМЕРЕНИЯМИ ЧЕЛОВЕКА, С ЕГО ПРЕДСТАВЛЕНИЕМ ИДЕАЛЬНОГО БУДУЩЕГО, С ВОЛЕЙ ЛИЧНОСТИ И СОЗНАНИЕМ.

**ЦЕЛЬ** – ИДЕАЛЬНЫЙ ИЛИ РЕАЛЬНЫЙ ПРЕДМЕТ СОЗНАТЕЛЬНОГО ИЛИ БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО СТРЕМЛЕНИЯ СУБЪЕКТА, КОНЕЧНЫМ РЕЗУЛЬТАТОМ СТАНОВИТСЯ ТО, НА ЧТО ПРЕДНАМЕРЕННО НАПРАВЛЕН ПРОЦЕСС.

**ЦЕЛЬ** – ЭТО ИДЕАЛЬНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ, К КОТОРОМУ СТРЕМИТСЯ ЧЕЛОВЕК В СВОИХ ДЕЙСТВИЯХ.

## ВИДЫ И ГРУППЫ ЦЕЛЕЙ:

ДАЛЬНИЕ ЦЕЛИ (СТРАТЕГИЧЕСКАЯ ГРУППА). ЗДЕСЬ НАХОДЯТСЯ ВЕХИ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ЖИЗНЕННЫЙ ПУТЬ ЧЕЛОВЕКА ИЛИ ПРОГРЕСС ГРУППЫ ЛЮДЕЙ. СТРАТЕГИЧЕСКИЕ ЦЕЛИ САМЫЕ ЗНАЧИМЫЕ. ОПРЕДЕЛЯЮТ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КРУПНЫХ КОМПАНИЙ.

СРЕДНИЕ ЦЕЛИ (ТАКТИЧЕСКАЯ ГРУППА). ЦЕЛИ ГРУППЫ ОПИРАЮТСЯ НА СТРАТЕГИЧЕСКИЕ НАПРАВЛЕНИЯ, КОНКРЕТИЗИРУЯ ИХ ЦЕННОСТНЫЕ КОМПОНЕНТЫ. ФАКТИЧЕСКИ ПРЕДСТАВЛЯЮТ СОБОЙ ПОШАГОВЫЕ ДЕЙСТВИЯ ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ОБЩЕЙ СТРАТЕГИИ.

БЛИЖНИЕ (СИТУАЦИОННЫЕ) ЦЕЛИ (ОПЕРАТИВНАЯ ГРУППА). В ЭТОЙ ГРУППЕ НАХОДЯТСЯ ПОВСЕДНЕВНЫЕ И БЫСТРО ВЫПОЛНЯЕМЫЕ ЗАДАЧИ, ПОДЧИНЯЮЩИЕСЯ БОЛЕЕ КРУПНЫМ ТАКТИЧЕСКИМ ЦЕЛЯМ, ЯВЛЯЯСЬ ИХ КОНКРЕТИЗИРУЮЩИМ ВОПЛОЩЕНИЕМ. КРАЙНЕ РЕДКО БЫВАЮТ НЕЗАВИСИМЫМИ.

## **ЦЕЛЕПОЛАГАНИЕ**

ЭТО ПРОЦЕСС ВЫБОРА ОДНОЙ ИЛИ НЕСКОЛЬКИХ ЦЕЛЕЙ С УСТАНОВЛЕНИЕМ ОПРЕДЕЛЁННЫХ К НИМ ТРЕБОВАНИЙ.

ЭТО ОСОЗНАННЫЙ ИЛИ НЕОСОЗНАННЫЙ ПРОЦЕСС ВЫБОРА И ПОСТАНОВКИ ЦЕЛЕЙ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЙ ЖИЗНЕННУЮ СИТУАЦИЮ И ДЕЛОВУЮ СТРАТЕГИЮ РАЗВИТИЯ.

Процесс целеполагания и выполнения любого дела может быть **осознанным** либо **неосознанным**.

В основе любой человеческой деятельности лежит определённая **потребность, проблема** либо **возможность**, которые покоятся на фундаменте определённых жизненных ценностей (мета-целей) личности.

Потребности и проблемы могут не осознаваться, в то время как возможности должны быть предварительно замечены.

Все они ведут к возникновению определённого мотива — вопреки распространённому определению («**мотив есть осознанная потребность**»), он не обязательно осознаётся человеком.



Если человек специально пытается осознать свою цель, проанализировав имеющиеся у него потребности, проблемы или возможности, а затем представив идеальный образ желаемого будущего – то это и есть процесс Целеполагания.

Далее запускается процесс планирования достижения цели, а также конкретные действия.

Отсутствие осознаваемой цели приводит к отсутствию этапа планирования, соответственно, поиск ресурсов для достижения неявной цели и соответствующие действия совершаются хаотично.

Этот процесс не позволяет никак контролировать итоговый результат, а усилия, потраченные таким образом, будут напрасными.

**Важно:** сделать этот процесс управляемым, а значит, изучить возможные способы целеполагания.





### **Качества личности**

Твёрдая воля  
Целеустремлённость  
Верность принципам  
Прямота  
Искренность  
Жертвенность  
Терпимость  
Мудрость  
Доброта  
Щедрость  
Честность  
Порядочность  
Смелость  
Жизнерадостность  
Чувство юмора

Духовность  
Дружелюбие  
Оптимизм  
Альтруизм  
Уважение к людям  
Вера в Бога  
Смекалка  
Терпение  
Понимание людей  
Практичность  
Спокойствие  
Бережливость  
Широта взглядов  
Сочувствие  
Тактичность  
Патриотизм

Самоконтроль  
Хорошее настроение

### **Внешние ценности**

Удовольствия  
Развлечения  
Дети  
Любовь  
Семья  
Спорт  
Художественные интересы  
Досуг, хобби  
Деньги  
Общение  
Работоспособность  
Домашний уют  
Профессионализм

# СПОСОБЫ ЦЕЛЕПОЛАГАНИЯ



**Интуитивный** поиск цели наиболее распространён. Алгоритм действий в данном случае предельно понятен: необходимо внимательно относиться к собственным идеям и догадкам, ожидая озарения. Интуитивные цели формируются на основе существующего опыта, знаний и умений человека, а их «проявление» означает переход неосознанной потребности (проблемы) в осознанный мотив действий, чем и запускается процесс целеполагания.





**«Изобретение»** целей представляет собой «экспериментальный» процесс, основанный на пробном достижении возможной цели в недалёком будущем и (или) в уменьшённом масштабе.

Метод **«ВЫЧИСЛЕНИЯ»** цели работает по следующему алгоритму. Сразу после осознания ключевого мотива, нужно выписать все цели, ведущие к этому, в качестве столбцов таблицы. Необходимо понимать, что цели могут быть разными.

Далее в качестве строк необходимо выписать качественные и количественные критерии, которые существенно влияют на результат достижения цели.

Затем достаточно оценить придуманные вами цели, выбрав наилучший вариант в каждой строчке, и просуммировав финальные показатели.

Соответственно, становится понятна цель и то, как эту цель достигать.

Минус данного способа:

громоздкость, сложность подбора и оценки критериев и т.п.



Наименование критерия	«заработать на покупку личного авто»
Время достижения цели	5 лет
— оценка	2
Сложность достижения цели (оценка)	1
Возможность выбора марки авто (оценка)	4
<b>Итоговая оценка</b>	<b>7</b>

*Примечание:* наилучшему варианту соответствует оценка 4, наихудшему — 1.



Метод **«выбор и предписание»**. Этот метод подразумевает, что у нас уже есть определённое количество кем-то поставленных целей, и нам необходимо всего лишь выбрать одну из них в качестве своей и «предписать» для себя её выполнение. Примером такой ситуации может стать постановка цели молодого человека, заканчивающего обучение в школе: мама хочет, чтобы сын стал писателем, отец желает видеть его в качестве юриста, а бабушка и дедушка видят во внуке перспективного металлурга. Не желая выбирать либо не имея такой возможности, молодой человек всегда может выбрать одну из целей, «заготовленных» для него родными, и стремиться к её достижению — так, как будто эта цель была выбрана им самим.

Это достаточно простой и действенный способ, хотя подходит он далеко не всем.

# SMART

Следует помнить, что важна не только точно сформулированная цель, но и точное представление путей достижения. Должны быть ясно определены инструменты и ресурсы, помогающие прийти к намеченному результату в отведенный срок. Этому способствует специально разработанная технология целеполагания SMART, в аббревиатуре которой заложены 5 критериев качества:

- **Specific** (конкретная)
- **Measurable** (измеримая)
- **Achievable** (достижимая)
- **Relevant** (релевантная, актуальная)
- **Time-bound** (ограниченная во времени)



ВОЗЬМИТЕ ЛИСТ БУМАГИ И НАПИШИТЕ ДЕСЯТЬ ЦЕЛЕЙ НА СЛЕДУЮЩИЙ ГОД ТАК, КАК БУДТО БЫ ОНИ УЖЕ РЕАЛИЗОВАЛИСЬ, НАПРИМЕР, Я СМОГ ВЫИГРАТЬ ГРАНТ В РАЗМЕРЕ 550 000 РУБ. НА РЕАЛИЗАЦИЮ СВОЕГО ПРОЕКТА. А ЗАТЕМ, ВЫБЕРИТЕ ИЗ НИХ ТУ, КОТОРАЯ НАИБОЛЬШИМ ОБРАЗОМ ИЗМЕНИЛА БЫ ВАШУ ЖИЗНЬ. ОБВЕДИТЕ ЕЁ, А ЗАТЕМ ВЫПИШИТЕ ЕЁ НА ОТДЕЛЬНОМ ЛИСТЕ И ПРОРАБОТАЙТЕ ПО КРИТЕРИЯМ SMART.

## Метод Глеба Архангельского

Проектный метод постановки целей, состоит из следующих этапов:

Определяется абстрактная «рамка» создаваемой цели через:

- выявление четких ценностей (мета-целей) и прояснение системы приоритетов;
- определение основных сфер жизни, находящихся под влиянием данных ценностей;
- нахождение закономерностей, характеризующих это влияние.

Цели конкретизируются таким образом, чтобы не входить в противоречие с ценностями в определенной области деятельности и жизненными принципами, а затем обеспечивается их соответствие.

Цели распределяются по уровням достижения, а текущие задачи сравниваются с ценностями.

В SMART-технологии, наоборот, изначальная цель разбивается на отдельные задачи.

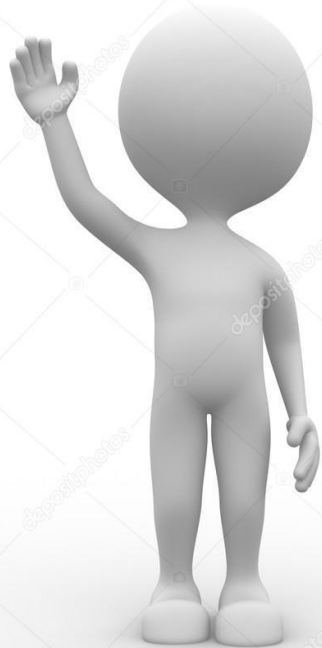
**Создается временной диапазон, внутри которого необходимо достичь результата.**

Метод SMART, в отличие от этого способа, предлагает определять точные сроки.

**Все задачи делятся на «мягкие», выполнение которых запланировано в течение какого-то временного промежутка и учитывает контекст, и «жесткие», запланированные к определенным датам и срокам.**

Задачи распределяются по уровням значимости: стратегическому, тактическому и оперативному.

Уровням соответствуют временные диапазоны: год, неделя, день.



**ВСЕМ СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!!!**

**[VASJA-PAGIN2013@YANDEX.RU](mailto:VASJA-PAGIN2013@YANDEX.RU)**

**8-982-117-95-69 VIBER,  
WHATSAPP, TELEGRAM**