

Planowanie kariery - to ustalenie celów, poszukiwanie rozwiązań i podejmowanie decyzji, a także wybór najodpowiedniejszej drogi między różnymi rozwiązaniami w celu osiągnięcia sukcesu w nieodległym terminie.

Planowanie - to także rozsądne gospodarowanie czasem

To przede wszystkim od Ciebie zależy, jaka będzie Twoja przyszłość.

Zapamiętaj!

Planując swoją przyszłość nie rezygnuj z aspiracji.

Wyznaczaj sobie ambitne cele.

Planuj swoją przyszłość - pozwoli Ci to zachować porządek i kontrolę zdarzeń. Jeśli do tej pory nie planowałeś swoich działań, nie analizowałeś powodów dokonywania wyborów - może jest to odpowiedni moment, aby sporządzić swój osobisty plan działania?

Przeanalizuj zatem swoją przyszłość w trzech aspektach:

Praca

- Czym charakteryzować się będzie zawód, który chcę wykonywać?
- Jaki prestiż ma mi przynieść mój zawód?
- Jakim autorytetem chcę się cieszyć?
- Do jakiego stopnia odpowiedzialności dążę?
- Jakie dochody zamierzam osiągnąć?

Życie rodzinne

- Jaki poziom życia chcę zapewnić sobie i rodzinie?
- W jakim domu chcę mieszkać?
- Jak mają wyglądać moje urlopy

Kontakty towarzyskie

- Jakich przyjaciół chcę mieć?
- Do jakich grup towarzyskich chcę należeć?
- Jakie słuszne sprawy chcę wspierać?
- Jak chcę spędzać czas wolny?

Te trzy sfery Twego życia - praca, życie rodzinne oraz towarzyskie i społeczne - pozostają w ścisłej współzależności. Każda w pewnym stopniu zależy od pozostałych. Największy wpływ ma jednak PRACA. Jeśli chcesz kreować swoje życie zawodowe, musisz dokonywać wyborów i brać za nie odpowiedzialność.

Pamiętaj, że w pracy będziesz w przyszłości spędzał większość dnia.

Praca w źle wybranym zawodzie może okazać się męczarnią - nie przyniesie Ci satysfakcji. Postaraj się tego uniknąć.

Wybierz zawód, który będzie pasował do Ciebie, nie dopasowuj się na siłę do zawodu, który bardzo Ci się podoba, albo jest akurat modny.

Etapy planowania kariery

KROK 1

Diagnoza własnego potencjału - poznanie siebie - JAKI(A) JESTEM?

- Autoanaliza
- Określenie swoich mocnych i słabych stron, zdolności (umysłowych i fizycznych)
 - Zidentyfikowanie swoich zainteresowań, pasji, talentów, umiejętności, uznawanych wartości, potrzeb
 - Określenie warunków ekonomicznych (własnych, domu rodzinnego)
 - Zdiagnozowanie stanu zdrowia (w aspekcie przydatności zawodowej)
 - Ocena swojej wartości rynkowej

a) samoocena - polega na dogłębnym przemyśleniu i zapisaniu własnych kompetencji i oczekiwań wobec przyszłej pracy. Wymaga bezwzględnej szczerości wobec siebie oraz spojrzenia na własną osobę z punktu widzenia pracodawcy.

Do samooceny możemy wykorzystać następujące pytania:

Co chciał(a)bym osiągnąć w życiu?

Co mnie motywuje?

Co lubię robić i dlaczego?

Czy potrafię radzić sobie z ludźmi, problemami czy danymi?

Czy preferuję pracę indywidualną, czy w zespole?

Czy mam zdolności przywódcze?

Czy wolę pracę rutynową, czy nowe wyzwania?

Czy jestem komunikatywny(a)?

Czy chciałbym pracować na własny rachunek, czy być zatrudnionym u kogoś?

Czy wolę pracę w domu, czy poza nim?

Jakie otoczenie preferuję? Młodzi ludzie, dynamiczny zespół, nowe wyzwania itp.?

Czy chciał(a)bym mieć kontakt z klientami?

Jak ważne jest dla mnie bezpieczeństwo zatrudnienia?

Jaką formę wynagrodzenia preferuję? Stałą pensję, prowizję?

Czy jestem otwarty(a) na częste podróże służbowe?

- a. opinia rodziny, przyjaciół, znajomych na temat naszego stylu pracy i zachowania,
- b. testy dostępne w bibliotekach, księgarniach, na internetowych portalach rynku pracy, w agencjach doradztwa personalnego czy też urzędzie pracy.

>> Przyjdź do doradcy zawodowego, aby wykonać testy, które pomogą Ci lepiej poznać i zrozumieć siebie.<<

Zapamiętaj!

Poznaj dobrze siebie, musisz wiedzieć:

- kim jesteś? • Co chcesz osiągnąć? Co jest motorem Twojego działania?

KROK 2

Analiza rynku pracy

Polega na dogłębnym zapoznaniu się ze stanem aktualnym oraz prognozami ekspertów. Dogłębna analiza obejmuje następujące obszary:

- zawody deficytowe i przyszłości,
- raporty wynagrodzeń,
- wskaźniki np.: bezrobocia, zatrudnienia, aktywności zawodowej,
 - pracodawcy (marki, rozmiar działalności, źródło kapitału, forma własności, kultura organizacyjna, rodzaj działalności, branże, struktura organizacyjna, zakres obowiązków, wymagania),
 - oferowane warunki zatrudnienia (rodzaj umowy, miejsce pracy, stanowisko, zakres obowiązków, możliwość realizacji ciekawych projektów, samodzielne podejmowanie decyzji, okres zatrudnienia, wymiar czasu pracy, wynagrodzenie, szkolenia, awanse, praca w młodym, dynamicznym zespole itd.),
 - opinie o firmie (innych osób zajmujących dane stanowisko pracy, praktykantów, stażystów, pracowników).

KROK 3

Wyznaczenie misji

Definiujemy naszą misję, czyli ogólny kierunek osobistego i profesjonalnego rozwoju, obszary, którymi chcemy i możemy się zająć. Misja staje się naszym swoistym kompasem.

KROK 4

Określenie celów osobistych i zawodowych

Uszczegółowienie misji stanowią konkretne i zapisane w formie zdania twierdzące cele. Przy zastosowaniu techniki **SMART** każdy cel powinien być:

S pecific - jasno określony, przejrzysty i konkretny

M easurable - mierzalny, aby można było ocenić stopień jego wykonania

A chievable - osiągalny

R elated - powiązany z misją życiową

T ime bound - określony w czasie

Określone cele powinniśmy podzielić na: a) krótkookresowe, czyli operacyjne, obejmujące działania w ciągu najbliższego roku;

- a. b)średniookresowe, czyli taktyczne, dotyczące działań w okresie od 1 roku do 5 lat;
- b. c)długookresowe, czyli strategiczne, obejmujące okres powyżej 5 lat.

KROK 5

Wybór metod realizacji celów

Poznanie możliwości zdobycia kwalifikacji i umiejętności niezbędnych do wykonywania wybranego zawodu:

- > System oświaty i szkolnictwa wyższego
- > Możliwości zdobycia kwalifikacji zawodowych
- > Możliwości przekwalifikowania się
- > Możliwości podnoszenia kwalifikacji

Do metod realizacji celów należą różne aktywności umożliwiające zdobycie i rozwój kompetencji, np.:

- kursy, szkolenia,
- studia,
- specjalistyczne certyfikaty,
- praktyki, staże,
- praca,
- wolontariat, działalność w organizacjach branżowych itp.

KROK 6

Opracowanie planu kariery

Plan drogi zawodowej powinien być zapisany lub narysowany i schowany w bezpiecznym miejscu. Tak byśmy w dowolnym momencie mogli go szybko odnaleźć i zweryfikować, na którym etapie ścieżki kariery się znajdujemy i jakie kolejne działania powinniśmy podjąć.

Plan winien zawierać następujące elementy:

1. Misja
2. Cele zawodowe według hierarchii ważności
3. Stanowiska pracy chronologicznie prezentujące kolejne awanse
4. czasowy - długość całej kariery oraz okresy osiągania poszczególnych etapów

Planując karierę zawodową nie możemy pomijać sytuacji na rynku pracy. Świat ciągle się zmienia i na dodatek zmiany te dokonują się coraz szybciej. Dlatego też ważne jest:

- poznanie zasad rządzących rynkiem pracy
- poznanie aktywnych metod poszukiwania pracy
- przygotowanie CV, listu motywacyjnego
- przygotowanie do rozmowy z pracodawcą

ZAPAMIĘTAJ!

Kariera zawodowa to:

- **Osiągnięcie zaplanowanego celu, dobrej pozycji zawodowej, zdobywanie coraz lepszych stanowisk pracy**
- **Przebieg pracy w ciągu całego życia człowieka**
- **Czas poświęcony jednemu rodzajowi pracy lub dziedzinie zainteresowania**

Źródło: m.in. Projekt GAWROSZ