

Одной из сфер, определяющих качество Вашей жизни, является профессия – дело, которым вы занимаетесь, от которого получаете удовольствие, ощущаете удовлетворенность и зарабатываете на жизнь. Хороший вариант, когда ваше любимое дело и Ваша работа совпадает, и Вы зарабатываете на жизнь, занимаясь любимым делом. Если не так, как говорится, Вам придется полюбить то, чем Вы занимаетесь. Хорошо это или плохо – ответ неоднозначный. Однако, выбор профессии и сферы вашей деятельности определяет Вашу миссию – предназначение и Ваше видение того, кем вы хотите стать в будущем, является базой для постановки Ваших умных целей. Этот выбор определяет, чего Вы хотите достичь и что оставить после себя. Выбор профессии является непростым занятием, и всем нам приходится решать эту задачу в течении жизни, находить себя в разных профессиях. Постоянные изменения, которые происходят в нас и в окружающем мире, требуют от нас новых компетенций для трудовой деятельности. Иногда это происходит вынужденно, по результатам травм, например. Научно-технический прогресс меняет технологические уклады, и многие профессии просто обречены исчезнуть в ближайшее время. Таким образом, нам необходим надежный инструмент для выбора профессии и развития новых профессиональных компетенций.

В настоящий момент существует огромное количество методов, технологий, способов, тестов от психологов, педагогов, тренеров и советчиков. Все это интересно, однако, может быть совершенно бесполезным, если человек не возьмет хороший инструмент для целей профессионального самоопределения и не начнет с ним трудиться.

Таким инструментом для профессионального самоопределения, выбора профессии является и Ежедневник качественной жизни.

И так начинаем на раз, два, три!

**Первый этап. Задайте себе такие вопросы:**

Чем Вы любите заниматься? Что Вам нравится делать? Что у Вас лучше всего получается? Какие у Вас физические, интеллектуальные и психологические особенности? Чего Вы больше всего хотите, каковы Ваши желания? Что Вас мотивирует больше всего? Напишите ответы и составьте список тех профессий, которые ближе всего к тому, чем Вы хотите заниматься. Если затрудняетесь, обратитесь за советом к близким и компетентным товарищам.

В каждой выбранной Вами профессии ищите общие характеристики, с чем связан Ваш интерес к ней : работа с людьми, с животными, с техникой, информацией, с природой, или это связано с физикой, математикой, химией, биологией, геологией, иностранными языками и т.д.

Затем необходимо определиться, что именно в этой профессии для Вас интересно, какие у Вас требования и ожидания от условий труда: эта работа в офисе, на заводе или дома; утром пришел-вечером ушел, это постоянные командировки, путешествия или гибкий график. Есть профессии, которые предполагают длительные полевые сезоны или рейсы, дежурства, повышенную опасность для жизни, работу в экстремальных условиях, вплоть до боевых действий и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Необходимо четко понимать и идти осознано в профессиональную деятельность.

### **Второй этап.**

Действуйте, как советует Ежедневник качественной жизни, в узловых точках принятия решения, каковым является выбор профессии, оцените Ваши сильные и слабые стороны в перспективе требований выбираемой профессии. Далее оцените возможности и угрозы, относящиеся к внешнему Вашему окружению. Это есть Ваш SWOT анализ для выбора профессии. Для объективности попросите, чтобы соответствие Вашему выбору профессии оценили Ваши близкие, их необходимо выслушать, особенно родителей. Иногда наши физические возможности могут быть критичными для некоторых профессий, и это необходимо принимать конструктивно. Многие гуру саморазвития утверждают, что Ваши возможности безграничны, и Вы можете все, если только захотите. Однако,

это не так. Почему? Ответ есть на страницах нашего сайта скачайте и читайте HQ Diary Handbook!.

Например, Ваши сильные стороны для спорта – это Ваши физические и волевые качества, соответствующие требованиям к данному виду спорта, и, наоборот, Ваши слабые стороны – это несоответствие таковым требованиям. Возможности для Вас – это трудовая династия, когда Вы идете по натоптаным тропкам. Угрозы – это когда натоптанные тропки ведут, в будущем, в никуда, например, Ваш семейный бизнес более не востребован, и профессия, которой занимались Ваши предки исчезает. Найдите информацию о том, что сейчас востребовано, и что будет востребовано в будущем, какая деятельность и каковы роль и место той профессии в современном и будущем мире. Профессия – это род трудовой деятельности являющейся источником существования, поинтересуйтесь уровнем зарплат, доходов тех, кто занимается выбранной Вами профессией. Профессионалы высокого уровня в каждой профессии зарабатывают и живут безбедно, однако, огромное количество населения имеет ограниченные возможности заработка, определенные их профессией и отраслевой принадлежностью – это правда жизни. Таким образом, выбор профессии и Ваш профессионализм определяют Ваш уровень доходов.

### **Третий этап.**

Определившись с профессией, постарайтесь о ней узнать как можно больше, посетить рабочие места, встретиться с теми, кто уже владеет этой профессией, читайте, смотрите новости, оценивайте, что происходит в мире. Изучите информацию, где рассказывается об этой профессии, какие испытания необходимо пройти, чтобы поступить в учебные заведения, сколько стоит обучение, где находятся эти учебные заведения, какая там обстановка, условия проживания и многое другое. Выбирайте самый оптимальный для Вас вариант, например, учеба по месту жительства снимает массу проблем при недостаточных ресурсах.

Итак, выбор сделан и в Вашем Ежедневнике качественной жизни появилась умная цель для очередного периода Вашей жизни,

теперь планируйте на страницах ежедневника Ваши действия по достижению этой цели каждый год, каждый квартал, каждый месяц, каждую неделю, каждый день. Необходимо двигаться к своей профессии маленькими шагами, как это написано в предыдущей статье о Кайдзэн. Лучше предупредить на стадии выбора профессии возникновение для Вас нежелательных событий, например когда профессия и Ваше здоровье были несовместимы. Однако, не переживайте, постоянно оценивайте ситуацию, при необходимости применяйте корректирующие действия. Всегда можно, имея основное образование, пройти обучение по программам повышения квалификации или пройти переподготовку и получить еще одну или две профессии, например, в центре, которым я руковожу смотрите сайт [sdoGEO.ru](http://sdoGEO.ru). К тому же, в рамках одной профессии можно развиваться, как по вертикали, по служебной лестнице, так и по горизонтали, повышая свой профессионализм. При этом друзья, никогда не забывайте на работе о своей личной жизни, родных и близких, о сфере семья. Держите баланс между профессиональной и личной жизнью.

**[Успешной, Вам и Вашим близким, траектории профессиональной и личной жизни!](#)**