

УДК 331.108.45

Крушельницький Р. - ст. гр. БМ - 41

*Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя*

## **КАР'ЄРНИЙ КОУЧИНГ – ШЛЯХ ДО УСПІХУ**

Науковий керівник: к. е. н., доцент Юрик Н. Є.

Мабуть, важко на сьогоднішній день знайти людину, яку не цікавив би її кар'єрний ріст. Але тут дуже важливо не помилитися з тим, в якому напрямку краще розвиватися і яким саме чином планувати свій кар'єрний ріст. І тут на допомогу приходять кар'єрний коучинг, який допомагає найкраще визначити напрямки діяльності і грамотно вибудувати кар'єру.

Для багатьох людей складнощі починаються ще на етапі вибору напрямку роботи. Особливо це стосується тих, хто ще тільки починає свою трудову діяльність. Ким бути? Куди піти працювати? Дуже часто вступ до ВНЗ робиться несвідомо, а за час навчання багато змінюється: змінюються інтереси, погляди на життя і внутрішні цінності. Та й саме навколишнє життя не стоїть на місці, і після отримання диплома вчорашній студент іде працювати зовсім не за фахом, який вказано в дипломі. І знайти цікаву і перспективну роботу, молодому фахівцеві буває дуже не просто.

Та й у працівників зі стажем нерідко виникають проблеми. Відпрацювавши кілька років в одному напрямку, людина раптом усвідомлює, що весь цей час займалася не тим, що їй дійсно цікаво, виявляє в собі несподівані таланти і можливості, які хочеться реалізувати. І постає вибір: залишити все як є або ж кардинально змінити своє життя відповідно до нових уподобань. Залишатися в колишній ролі вже складно, та й нецікаво. А різко змінити область діяльності - страшно, не вистачає сил і рішучості.

Ось тут на допомогу приходять кар'єрний коучинг. У процесі коуч-сесій клієнту допомагають з'ясувати, що для нього дійсно важливо в житті, визначити основні цінності і пріоритети. Завдання коуча тут полягає в тому, щоб з його допомогою клієнт знайшов для себе такий вид діяльності, який в повній мірі буде задовольняти його потреби: дасть можливість самореалізації, забезпечить статус, хороший заробіток.

Якщо напрямок діяльності вже вибрано, то треба тільки грамотно вибудувати кар'єру. Для цього, перш за все, слід чітко визначити бажану ціль. Як показує практика, далеко не всі знають, чого саме вони хочуть насправді. Дуже часто вибір мети робиться не на основі свого особистого інтересу, а на основі тих чи інших стереотипів і установок привнесених ззовні, між тим, у кожної людини є свої життєві пріоритети. Важливо визначити, а що ж насправді потрібно клієнтові? Що дасть йому найбільш повне задоволення його потреб? Як правило, коучинг чудово справляється з цим завданням.

Після того, як мета визначена, коуч допомагає клієнту знайти всі можливі шляхи її досягнення. Все залежить від того, на якій стадії свого особистого розвитку людина знаходиться, до чого прагне і які ресурсами на даний момент має в своєму розпорядженні. План дій складається як можна більш детальний і конкретний, з прив'язкою до термінів. На заключному етапі коуч допомагає клієнту перевірити складений план дій на екологічність, бо побудова кар'єри не повинна негативно позначатися на інших аспектах життя клієнта.

Отже, що одержує клієнт в результаті коучингу? Перш за все це ясність і усвідомленість. Клієнт ясно уявляє собі, чого саме він хоче і яким чином може цього домогтися, набагато більш повно усвідомлює свої реальні можливості і ясно бачить шляхи їх застосування. На основі цього він може вибрати для себе той напрямок діяльності, що буде повністю відповідати його життєвим інтересам. Ще один результат - це позитивний настрій, налаштованість на успіх і значне збільшення впевненості у своїх силах. І, нарешті, клієнт отримує детальний і чіткий покроковий порядок дій, який приведе його бажаного кар'єрного росту. А, оскільки коуч підходить до вирішення будь-якої задачі системно, то позитивні зміни, як правило, відбуваються не тільки в області кар'єри клієнта, а й в інших сферах його життя. Таким чином, коучинг - це один з ефективних способів будувати свою кар'єру розумно й ефективно, домагатися успіху.