

Компоненты построения успешной карьеры

Карьера – успешное продвижение вперед в той или иной области (общественной, служебной, научной, профессиональной) деятельности.

Выбор карьеры является одним из наиболее важных решений, которое человек принимает в своей жизни, т.к. достижения человека в той или иной сфере жизнедеятельности зависят от соответствия между его личностью и характером его работы, а также от совместимости личностных ожиданий в области карьеры с возможностями организации.

Существует **5 основных компонентов**, работа над которыми является гарантией успешного карьерного развития.



- **Качественное образование**
- **Имидж**

Имидж человека - это первое, что оценивает работодатель, при приеме на работу, собеседник - на переговорах, преподаватель - на экзамене. Помните, что у вас никогда не будет второго шанса произвести первое впечатление. А именно первое впечатление является наиболее сильным. Вы еще не начали говорить, а собеседник уже сделал выводы о том, интересны вы ему или нет.

Имидж - это образ, совокупность впечатлений, основанных на реальных характеристиках, качествах человека и производимых человеком на окружающих.

- **Связи и коммуникации**

Для построения твоей карьеры тебе могут понадобиться новые связи и контакты.

УСПЕХ=ТО, ЧТО ТЫ ЗНАЕШЬ x ТЕ, КОГО ТЫ ЗНАЕШЬ

Виды бизнес-контактов

Специалисты различают три вида межличностного общения в бизнесе:

1. **Деловые (рабочие)** - те отношения, которые возникают у человека на работе каждый день и которые связаны с непосредственным решением текущих рабочих вопросов. Это отношения с руководством, коллегами, клиентами, поставщиками, партнерами.

2. **Личные** - отношения более дружеские, чем деловые. Это могут быть связи, которые возникли на различных общих мероприятиях. При личных связях на первое место выходит бескорыстие и дружелюбие в отношениях.

3. **Стратегические (перспективные)** - деловые отношения на перспективу, которые складываются постепенно. Здесь можно различить два подвида отношений: целенаправленно созданные и интуитивно найденные.

- **Эффективный отдых и досуг**

У активного, увлеченного и жизнерадостного человека всегда больше шансов приобрести имидж привлекательной личности, излучающей обаяние и доброжелательность, что, безусловно, повышает ваши шансы на быстрый карьерный рост.

Правильно организованный досуг поможет поддержать организм в тонусе, избавит от негативных последствий повседневных стрессов. Активный досуг - это прекрасный повод провести время с пользой, пополнить багаж знаний и получить яркие, незабываемые впечатления.

- **Спорт и здоровье**

Здоровье - это одна из трех вещей (время, возможности, здоровье), которые не возвращаются человеку. Если вы потеряли ключи, вы можете найти их или изготовить новые. Вернуть утраченное здоровье очень сложно.

Различают здоровье физическое, психическое, эмоциональное, духовное, интеллектуальное и экологическое.

Здоровье влияет не только на твое самочувствие, работоспособность, но и на твой внешний вид, твоё настроение. Нельзя забывать о силе воздействия красоты. Сохранять свое здоровье в хорошей форме тебе помогут занятия СПОРТОМ, активный отдых и досуг. Огромную роль в поддержании хорошей физической формы помимо занятий спортом играет правильное питание: разнообразное и регулярное, с учетом возрастных климатических, национальных, сезонных, профессиональных и других особенностей.