# Практическое задание 2

**Тема 2. Ориентация на результат. Целеполагание**

**Задание 2.1**

Просмотрите высказывания, приведенные ниже. В них описаны цели и мечты людей. Определите, где речь идёт о цели, а где о мечте.

1. Я хочу найти хорошую работу.
2. Я хочу сделать карьеру.
3. Мне бы хотелось работать в должности проектного менеджера крупной IT-компании и зарабатывать $2000 в месяц.
4. Я хочу стать лучшим в своём деле.
5. Моя цель традиционна – я хочу построить кирпичный двухэтажный дом за городом до 20хх года, посадить одно дерево, желательно дуб, и вырастить сына.
6. Со временем мне хотелось бы поехать в Европу на стажировку.
7. Я хочу, чтобы мои дети мною гордились.
8. Моя цель – здоровый образ жизни.
9. Я планирую отдохнуть во Флоренции до 20хх года.
10. Я мечтаю научиться играть на гитаре.
11. Через три года я планирую завершить строительство дома.
12. В 20хх году я получу диплом MBA, если найду деньги на обучение.
13. Я планирую провести ближайший отпуск на Рижском взморье.
14. Хорошо было бы отдохнуть на Рижском взморье.
15. Наша организация помогает детским домам. В следующем году мы планируем профинансировать ремонт N-го детского дома и обеспечить его современным компьютерным оборудованием.

**Рекомендации по выполнению задания 2.1**

1. Проанализируйте высказывания о целях и мечтах человека.
2. Определите, где речь идёт о цели, а где о мечте.
3. Распределите цели и мечты в соответствующие столбцы таблицы 1 (бланк выполнения задания 2.1).
4. Объясните, почему вы распределили то или иное высказывание между первым и вторым столбцами таблицы 1, для этого заполните третий столбец таблицы 1 (бланк выполнения задания 2.1).
5. Перенесите получившийся перечень высказываний о мечтах из второго столбца таблицы 1 в первый столбец таблицы 2 (бланк выполнения задания 2.1).
6. Переформулируйте мечты, записанные в таблице 2, в цели, используя критерии SMART, и запишите их во второй столбец таблицы 2 (бланк выполнения задания 2.1).

**Образец выполнения задания 2.1**

Прочитайте высказывание, приведенное ниже. Определите, цель или мечта человека описана в этом высказывании:

– Я хочу завести собаку или кошку.

Таблица 1

Отличите цель от мечты

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Цель | Мечта | Объясните причину распределения высказываний между столбцами 1 и 2 |
| **1** | **2** | **3** |
|  | Я хочу завести собаку или кошку | Это высказывание относится к категории «мечта», потому что является трудно реализуемой. Непонятно, какое животное конкретно хочет завести человек, какой породы и в какой промежуток времени хочет приобрести питомца |

Таблица 2

Перевод мечты в цель (SMART)

|  |  |
| --- | --- |
| Мечта | Цель |
| **1** | **2** |
| Я хочу завести собаку или кошку | Я планирую взять из приюта пятимесячного щенка лабрадора этим летом  |

**Задание 2.2**

Представьте то, чего бы вы хотели добиться в ближайшее время, и напишите две грамотно поставленные цели, используя критерии SMART. Оцените получившиеся цели по критериям PURE и CLEAR. В случае если цель не соответствует критериям оценки, скорректируйте или переформулируйте её. Если же никакая корректировка не подходит, имеет смысл еще раз подумать, точно ли эта цель соответствует вашим ценностям и нужно ли к ней стремиться.

**Рекомендации по выполнению задания 2.2**

1. Опишите три цели, используя технологию SMART, и запишите их в первый столбец таблицы 3 (бланк выполнения задания 2.2).
2. Проверьте соответствие описанной вами цели в первом столбце таблицы на соответствие критериям SMART, представленным во втором столбце таблицы 3 (бланк выполнения задания 2.2).
3. Впишите суть критериев SMART на примере вашей цели в третий столбец таблицы 3 (бланк выполнения задания 2.2). Чем точнее цель соответствует критериям, тем выше шанс её реализации.
4. Используя PURE-критерии, оцените, будет ли ваша цель «хорошей» и сможет ли получить больше поддержки других людей, для этого заполните таблицу 4 (бланк выполнения задания 2.2).
5. Перенесите сформулированную цель по критериям SMART в таблицу 4 (бланк выполнения задания 2.2) и проверьте её по критериям PURE, поставив отметку (+ или −) в третий столбец таблицы 4.
6. В случае если ваша цель получила минус по причине несоответствия одного из критериев, занесите корректировку цели в четвертый столбец таблицы 4 (бланк выполнения задания 2.2).
7. Определите и оцените, «всё ли в порядке» с вашей целью, используя критерии оценки CLEAR, для этого заполните таблицу 5 (бланк выполнения задания 2.2). Несоответствие цели критериям CLEAR приводит к тому, что проект сталкивается с большими внешними и внутренними сложностями и ограничениями.
8. Проверьте цель SMART. Если критерии CLEAR не выполняются (в поле «оценка» стоит «−»), следует скорректировать цель в четвертом столбце таблицы 5 (бланк выполнения задания 2.2).
9. На выходе должна получиться грамотно поставленная цель, которая соответствует критериям SMART, PURE и CLEAR.

**Образец выполнения задания 2.2**

Таблица 3

Постановка цели в соответствии с критериями SMART

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Цель | Критерий SMART | Суть критерия вашей цели |
| 1. Если у меня появится большое желание, то я возьму из приюта пятимесячного щенка лабрадора этим летом | **S** – конкретная | Щенок лабрадора |
| **M** – измеримая | Щенок один |
| **A** – достижимая | В случае если есть, куда разместить щенка  |
| **R** – реалистичная | Да, если нет аллергии на шерсть |
| **T**– определенная во времени | Планируется этим летом |

Таблица 4

Оценка цели на соответствие критериям PURE

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Цель SMART | Критерий PURE | Оценка | Корректирующее действие |
| 1. Если у меня появится большое желание, то я возьму из приюта пятимесячного щенка лабрадора этим летом | **P** – положительная и утвердительная формулировка цели | **−** | Я планирую взять из приюта пятимесячного щенка лабрадора этим летом |
| **U** – понятна без каких-то дополнительных комментариев и разъяснений | **+** |  |
| **R** – уместна, соответствует ситуации, вашим профессиональным и социальным ролям | **+** |  |
| **E** – этична | **+** |  |

По аналогии с таблицей 4 заполняется таблица 5.