



Валерия Волкова

Дело по Душе

Как найти любимую работу
и оставаться востребованным
специалистом в трудные времена

УДК 331.54
ББК 65.240
В67

Волкова, Валерия Александровна.

В67 Дело по душе : как найти любимую работу и оставаться востребованным специалистом в трудные времена / Валерия Волкова. — Москва : Эксмо, 2023. — 256 с. — (Книги-драйверы).

ISBN 978-5-04-241663-7

Как оставаться востребованным и получать удовольствие от работы? Для этого нужно выбрать дело по душе.

Книга «Дело по душе» — практическое руководство по созданию траектории профессионального развития. С помощью 35 заданий и тестов вы определите свои сильные стороны, найдете наиболее подходящие виды деятельности и узнаете, как:

- выбрать профессию, которая будет приносить удовольствие;
- стать специалистом «золотого фонда» кадрового резерва;
- сменить сферу деятельности, если это необходимо;
- оставаться востребованным профи во время любого шторма.

УДК 331.54
ББК 65.240

ISBN 978-5-04-241663-7

© Волкова В.А., текст, 2023
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2023

Оглавление

Введение.....	7
Часть 1. Как найти себя	13
Глава 1. Стратегии поиска себя.....	17
Глава 2. Тесты на профориентацию.....	24
Глава 3. Копните глубже — техники самокоучинга.....	82
Глава 4. Как использовать свой опыт	101
Глава 5. Чего вы хотите от работы.....	103
Глава 6. Профессии будущего.....	108
Глава 7. Первые гипотезы. Фильтруем варианты	114
Глава 8. Если одна профессия для вас слишком скучно	118
Глава 9. Для тех, кто меняет профессию	127
Глава 10. Зачем вообще искать себя в профессии?	165
Часть 2. Таких всегда нанимают, или Как оставаться востребованным специалистом в любой кризис	173
Глава 1. Ваши сильные стороны	177
Глава 2. Учиться, учиться и еще раз учиться	182
Глава 3. Полюбите обратную связь	192
Глава 4. Расскажи мне о себе	198

Оглавление

Глава 5. Когда не стыдно за свои связи	204
Глава 6. Учимся управлять эмоциями	212
Глава 7. Я не художник, зачем мне творчество?	223
Глава 8. Нам нужен план.	229
Глава 9. Строим личный бренд	242
И в заключение	251

ВВЕДЕНИЕ

Сегодня сложно представить, как наши деды работали по сорок лет на одном предприятии. В наше время все меняется очень быстро: одни компании разоряются, другие процветают, и рынок труда плотно связан со всем, что происходит в мире.

Из-за международных конфликтов, кризисов, эпидемий многие организации начинают сокращать персонал или вовсе уходят с рынка, что приводит к волне безработицы. Другие компании частично спасают ситуацию, но многие работники так и остаются ни с чем. Кто-то пытается уйти на фриланс, но не у всех получается бороться с большими волнами в одиночку, и они опять причаливают к пустынному берегу.

Потому вполне актуален вопрос — как стать таким специалистом, который сможет избежать этой участи? Как научиться быть маневренной рыбкой, способной пережить любые штормы?

Первое, что нужно сделать, — это перестать надеяться на счастливый случай, благосклонность начальства,

появление Солнца в Сатурне и взять управление собственной карьерой в свои руки. Да, конечно, вам может внезапно улыбнуться удача, но сделайте и вы шаг ей навстречу. Надеяться можно, но и самому стремиться к росту тоже нужно.

В этой книге мы рассмотрим самые главные ингредиенты, из которых строится успешная карьера. После прочтения вы станете специалистом из «золотого фонда» кадрового резерва, которого с радостью берут на работу и не увольняют, а продвигают и развивают. Так вы останетесь востребованным при любой ситуации на рынке труда.

Потому что, когда мы начинаем управлять своей карьерой, у нас возникает понимание, куда, как и зачем мы движемся. Мы ставим краткосрочные или долгосрочные цели и достигаем их. Развиваемся, растем и становимся нужным специалистом в любом возрасте.

Но если не развиваться и не планировать карьеру, то можно долго и бесцельно скитаться по разным организациям, должностям и сферам деятельности. В результате достигнуть разочарования и выгорания от работы, стать балластом и уйти на пенсию.

Какой вариант вам нравится больше?

Если первый, то для начала нажмите на кнопки «старт» и «пуск» вашей успешной карьеры: это энтузиазм и инициативность в работе. Включив эти два качества в свое профессиональное поведение, вы никогда не останетесь без хорошо оплачиваемой работы.

Ведь, чтобы всегда оставаться в топе самых ценных сотрудников, вы должны быть важным игроком в команде. Звездой, которая всегда на виду и на первых ролях. Таких работников стараются удерживать в компаниях любыми силами, а при сокращениях не увольнять, но переводить на другие должности и в другие отделы.

Потому что руководство знает, что такой сотрудник лоялен к компании, надежен и эффективен на любой должности. Работодателю всегда проще поручить выполнение задачи проверенному человеку, чем новенькому. Неизвестно, как новичок проявит себя, а сотрудник, давно работающий в компании, уже показал себя надежным и инициативным.

Поэтому искренне интересуйтесь тем, что делаете, всегда пытайтесь усовершенствовать рабочие процессы, думайте о результате и прикладывайте максимум усилий. Иницилируйте новые проекты, планы, идеи. Делайте больше улучшений, внедрений, изменений. Не бойтесь обращаться с предложениями к руководителю. Участвуйте, в чем только можно. Так вы будете развиваться сами и покажете себя с лучшей стороны.

Забудьте фразу «это не моя работа». Ваша работа — быть максимально полезным и эффективным сотрудником компании. Тогда вы очень скоро попадете в «золотой фонд» кадрового резерва.

Но как всегда работать с энтузиазмом и не выгореть? Это легко, если вы на своем месте и вам подходит профессия по характеру, склонностям, способностям, талантам и интересам.

Вам и развиваться в своей сфере будет легче, потому что у вас есть внутреннее желание, а с ним мотивация и энергия, чтобы достигать больших успехов. Выбрав свой путь, вы не захотите свернуть с него, даже если столкнетесь с препятствиями. Вы найдете силы с ними справиться.

Когда работа вам интересна и вас вдохновляет результат вашей деятельности, то энтузиазм возникает сам по себе как побочный эффект. И он не угаснет, если вы на самом деле занимаетесь тем, чем должны. Вы не плывете против течения и не тратите энергию на борьбу с собой. Весь ваш потенциал, таланты и склонности стекаются живыми потоками и образуют океан возможностей. Только в случае с наименьшим сопротивлением вы станете специалистом и экспертом, востребованным на рынке труда, несмотря ни на какие кризисы.

Но сегодня вопрос выбора подходящей профессии стоит и у подростков и у многих взрослых людей, которые отучились не на ту специальность и работают без удовольствия. Они постоянно ищут себя и свое предназначение, как в популярном меме: «Мне 30 лет, и я до сих пор не знаю, кем буду, когда вырасту».

На работе такие люди не самореализуются, а чаще просто терпеть ее не могут, от чего выгорают и чувствуют себя несчастными. Они достигают успехов, но какой ценой?

Их деятельность не подходит им по личным качествам, а часто и по характеру, не говоря уже о способностях и интересах. Когда-то давно они пошли учиться, исходя из модных тенденций или по наказанию