

PECULIARITIES OF SELF-MANAGEMENT IN THE CONDITIONS OF THE TURBULENT ENVIRONMENT

ОСОБЕННОСТИ САМОМЕНЕДЖМЕНТА В УСЛОВИЯХ ТУРБУЛЕНТНОЙ СРЕДЫ

DELIBALTOVA Alexandra, studentă, specialitatea: BA

Academia de Studii Economice din Moldova,
Republica Moldova, Chișinău, str. Bănulescu-Bodoni 61, www.ase.md

Tel. 060016740

email: z8908wjx@gmail.com

Abstract: *Given the peculiarities of the external environment, which is caused by extreme unpredictability and uncertainty, the management of one's own time, career, organization of events and one's own development changes significantly. Thus, there is an objective need to revise the principles of self-organization and self-management, which will help to better navigate in the long and short term. The article presents a six-point plan for self-management in a turbulent environment. Includes analyzing the environment, setting priorities, developing adaptive skills, planning and organizing, self-organization and self-motivation, and continuous learning and development. Designed to help develop self-management skills and adapt to changing conditions.*

Keywords: *organization, external environment, adaptation, self-development, self-management*

JEL CLASSIFICATION: M12

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность настоящего исследования обуславливается сложностью, неопределенностью и непредсказуемостью внешней среды, соответственно, такие условия предопределяют совершенно другие правила организации собственного развития и самоменеджмента в целом. Цель настоящей работы – уточнить основные функции самоменеджмента в современных условиях. В этой статье рассматриваются ключевые аспекты успешной адаптации к сегодняшней неспокойной обстановке, проводится анализ окружающей среды и определение приоритетов, обсуждаются стратегии совершенствования навыков адаптации к изменениям, особенности планирования и организации, рассматривается важность самоорганизации, самомотивации, обучения и наращивания потенциала в условиях постоянных изменений. Каждый из этих аспектов играет важную роль в эффективном и успешном функционировании современного мира. Методы исследования: были использованы наблюдение, анализ теоретических источников и статистических данных, а также синтез концепций, посвященных личностному развитию и самоменеджменту.

Современное состояние окружающей среды

Одним из самых главных изменений, происходящих на сегодняшний день, являются технологические изменения, которые стремительными темпами меняют весь уклад жизни. Технологические инновации происходят настолько быстро, что способны кардинально изменить бизнес-модели и способы взаимодействия компаний со своими клиентами. Поэтому компаниям необходимо постоянно отслеживать и адаптироваться к новым технологиям. Роботизация, искусственный интеллект, интернет вещей и другие современные технологии способны кардинально менять жизнедеятельность человека, а также способы и принципы работы.[1]

Глобализация: глобализация мировой экономики меняет характер мировых производственных процессов, способствует углублению международного разделения труда и интенсификации научно-технического прогресса, а также значительно ускоряет процесс интернационализации деятельности экономических агентов, соответственно, изменяются способы взаимодействия, системы коммуникации, а также требования к сотрудникам таких предприятий. [1]

Политическая и экономическая нестабильность: политическая и экономическая нестабильность может привести к резким изменениям в законодательстве, обменных курсах и торговле. Поэтому компаниям необходимо быть гибкими и уметь быстро реагировать на меняющиеся условия. На эффективность работы предприятий сильно влияет стабильность политических властей и проводимая ими политика по продвижению рыночных реформ, борьбе с коррупцией и криминализацией экономической жизни, демократизации отношений собственности и поддержке предпринимательства. Религиозные, этнические и территориальные конфликты и противостояния, противоречия между различными органами власти, особенно в части их полномочий и ответственности, оказывают серьезное влияние на безопасность предпринимательства, а в частности, на сложность адаптации в условиях нестабильности. [1]

Определение приоритетов развития

Анализ среды: оценка текущей ситуации и тенденций помогает определить наиболее важные проблемы и цели для бизнеса. Наблюдение за тенденциями — это процесс отслеживания и анализа тенденций. При этом важно научиться не только выявлять возникающие тенденции, но и предвидеть их появление и адаптировать к целям бизнеса. Отслеживание тенденций помогает компаниям лучше понимать своих потребителей и создавать продукты, которые им нужны. Применительно к личностным тенденциям — отслеживание приоритетов помогает определять траекторию развития и видение дальнейших перспектив. [2]

Личные ценности: понимание собственных ценностей и приоритетов может помочь выбрать работу, которая наилучшим образом соответствует личным целям и мотивам. Ценности должны быть конкретными и реалистичными. К ним относятся открытость, доверие, лояльность, оптимизм, инновации, скорость, креативность, честность и развитие. [2]

Самоорганизация и самомотивация: развитие навыков самоменеджмента, в том числе умения контролировать эмоции, справляться со стрессом и сохранять мотивацию в условиях неопределенности. Самоорганизация - важный навык для предпринимателей. Этот навык помогает им эффективно вести свой бизнес и добиваться успеха. Самоорганизация — это способность самостоятельно организовывать свою работу и деятельность. Это означает способность управлять своим временем, ресурсами и задачами без постоянного контроля и микроменеджмента со стороны других людей.

Развитие адаптационного потенциала. Изучение стратегий адаптации к изменяющимся обстоятельствам, включая гибкость мышления, способность быстро принимать решения и приспосабливаться к новым ситуациям. Цель адаптации - сформировать у людей два типа мотивации: внешнюю и внутреннюю. Внешняя связана с экономическими выгодами, такими как получение премий, бонусов и повышение зарплаты. Главные методы адаптации: Метод обучения, метод вовлечения, метод сопровождения. [2]

Кроме этого, в современных реалиях, такие проблемы как: переизбыток стресса, многозадачность, введение ИИ во все процессы организации вынуждают находить формы адаптации к работе. Так как один фактор влияет на другой, и это происходит по методу цепной реакции, необходимо учиться справляться со стрессом. Высокий уровень стресса может привести к истощению организма, потере сил и навыков решения проблем, а также к серьезным заболеваниям. Для того, чтобы минимизировать уровень стресса на работе,

необходимо выявить его причины, научиться говорить о них в коллективе, а также не забывать о физической активности в течении рабочего дня.

Обучение и развитие: постоянное обучение и развитие личности, чтобы оставаться конкурентоспособными и адаптироваться к меняющимся требованиям окружающей среды, включая изучение новых техник и навыков.

Не менее важный аспект, который стоит учитывать при формировании навыков в актуальной среде функционирования — это эмоциональный интеллект. *Эмоциональный интеллект* — это способность распознавать эмоции, намерения, мотивацию, желания свои и других людей и управлять ими. Этот навык помогает решать практические задачи и достигать поставленных целей в жизни и на работе. Также это мощный инструмент формирования гармоничных отношений с окружающими.

Планирование и организация: создание гибких и адаптируемых планов действий, направленных на достижение целей и учитывающих возможные изменения в окружающей среде. План личностного развития — это основные ориентиры и план действий на определенный период времени. *Самопланирование и самоорганизация* являются основополагающими камнями эффективного самоменеджмента. Они предоставляют структуру и порядок в повседневной жизни, что особенно важно в быстро меняющемся мире. Эти техники и инструменты позволяют индивидуумам достигать своих целей, эффективно распределять свое время и ресурсы, а также поддерживать баланс между профессиональной и личной жизнью.

Среди известных *техник самопланирования* выделяют следующие [3,4]:

- Определение четких, конкретных и измеримых целей является первым шагом в самопланировании. *Метод SMART* (Specific, Measurable, Achievable, Relevant, Time-bound) помогает в формулировке эффективных целей.

- *Приоритизация задач:* Использование метода Эйзенхауэра или матрицы приоритетов помогает расставлять задачи по степени важности и срочности, обеспечивая фокус на наиболее значимых задачах.

- *Разбиение задач на подзадачи:* Большие задачи часто кажутся непреодолимыми, но разбиение их на меньшие, управляемые части помогает в их последовательном выполнении.

В качестве основных инструментов самоменеджмента выделяют [3, 4]:

- *Цифровые приложения:* здесь можно выделить такие инструменты, как: Trello, Asana, или Google Calendar, которые помогают в организации и отслеживании задач.

- *Журналы и планнеры:* можно использовать как традиционные бумажные планнеры и журналы, так и их электронные версии.

- *Техники управления временем:* инструменты, такие как например, техника Помодоро (25 минут работы, за которыми следует 5-минутный перерыв), помогают в управлении

- *Делегирование полномочий:* делегирование задач меньшей важности другим лицам может значительно улучшить управление временем и повысить производительность.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В условиях быстро меняющейся и турбулентной среды эффективное самоуправление становится необходимым навыком для достижения успеха как в личной, так и в профессиональной жизни. Гибкость и способность к быстрой переоценке ситуации выходят на первый план в управлении личной эффективностью. Также важно уметь быстро переключаться между различными задачами и приоритетами. Развитие навыков эмоционального интеллекта помогает лучше справляться со стрессами и неопределенностью. Для того, чтобы избежать подобных проблем, объективной необходимостью является постоянное обучение и самообразование. Кроме этого, эффективный самоменеджмент в турбулентной среде требует умения быстро принимать решения на основе ограниченной информации. Сложность и важность умения отделять важное от неважного увеличивается в

условиях информационного шума и перегрузки. Для повышения эффективности необходимо применять техники и инструменты самоменеджмента и самопланирования.

Библиография

1. *Малый и средний бизнес в условиях глобализации мировой экономики*”, журнал Вестник Гомельского государственного технического университета им. П.О. Сухого (дата доступа 26.03.2024)
<https://cyberleninka.ru/article/n/malyu-i-sredniy-biznes-v-usloviyah-globalizatsii-mirovoy-ekonomiki>
2. *Бизнес-план и политические условия, влияющие на его реализацию*, журнал Вестник Гомельского государственного технического университета им. П.О. Сухого(дата доступа 26.03.2024)
<https://cyberleninka.ru/article/n/biznes-plan-i-politicheskie-usloviya-vliayuschie-na-ego-realizatsiyu>
3. Как достичь успеха: пошаговый план личного развития. <https://teachline.ru/blog/kak-dostich-uspekha-poshagovuyu-plan-lichnogo-razvitiya/> (дата доступа: 27.03.2024)
4. Как составить план личного развития. <https://inlnk.ru/KezA9o> (дата доступа: 27.03.2024)

Coordinatorul științific.conf. univ., dr., DOROGAIA Irina,

Academia de Studii Economice din Moldova,

str. Mitropolit Gavril Bănulescu-Bodoni 61,

email: dorogaia.irina.ion@ase.md, Tel 022 402 736