

CHƯƠNG 3:

KỸ NĂNG LẬP KẾ HOẠCH NGHỀ NGHIỆP

A. MỤC TIÊU

Sau khi học xong chương này, sinh viên có thể:

- Phát biểu được Tầm nhìn, Sứ mệnh và Giá trị cốt lõi của mỗi cá nhân.
- Có khả năng phân tích được những điểm mạnh, điểm yếu của bản thân. Biết kết hợp với các yếu tố thuận lợi và bất lợi để phân tích SWOT cho bản thân.
- Thực hành phân tích SWOT cho bản thân để lựa chọn nghề nghiệp phù hợp và lập kế hoạch nghề nghiệp hợp lý.
- Có khái niệm đúng đắn về hạnh phúc và thành công trong cuộc sống để luôn cảm thấy cân bằng.

B. NỘI DUNG

3.1 Tầm nhìn, Sứ mệnh và Giá trị cốt lõi của mỗi cá nhân

Doanh nghiệp muốn tồn tại và phát triển lâu dài thì cần có một tầm nhìn, sứ mệnh và giá trị cốt lõi cho riêng mình. Tương tự, cá nhân cũng cần xây dựng cho mình một hệ thống tầm nhìn, sứ mệnh và giá trị cốt lõi để từ đó bản thân định hình và có hướng đi rõ ràng, giúp vượt qua các khó khăn và đạt đến mục tiêu trong cuộc sống. Đây là kim chỉ nam trong cuộc đời và định hình giá trị sống của mỗi cá nhân.

3.1.1. Tầm nhìn (Vision)

Tầm nhìn là hướng đi, là bức tranh hấp dẫn nhưng có thể đạt được trong tương lai. Một tầm nhìn được xem là có tính hiệu quả khi nó bao gồm các đặc tính sau đây:

- Truyền cảm hứng

- Rõ ràng và sống động
- Thể hiện một tương lai tốt đẹp hơn

“Những nhà lãnh đạo kinh doanh tốt tạo ra tầm nhìn, xác định rõ tầm nhìn, mạnh mẽ nắm lấy tầm nhìn và không ngừng thúc đẩy nó tới khi hoàn thiện.”

Thomas Hardy

4 bước xây dựng tầm nhìn cá nhân:

- **Bước 1: Chọn khung thời gian**

Bạn dự định tầm nhìn bao xa? Không có câu trả lời nào đúng hay sai cho vấn đề này. Nhưng nhìn chung, để tạo ra tầm nhìn, tốt nhất bạn hãy hướng về một tương lai đủ xa để thoát khỏi mọi vấn đề hiện tại và đủ thời gian phát triển.

Nhà quản trị Charles Noble nhận xét: “Tầm nhìn xa sẽ giúp bạn tránh khỏi sự nản lòng vì thiếu khả năng nhận thức”

- **Bước 2: Soạn bản nháp đầu tiên**

Bạn có thể soạn thảo tầm nhìn theo cách của bạn – gạch đầu dòng, viết tay, hay trên máy tính. Có người thích vẽ ra tầm nhìn rồi giải thích những gì họ vẽ. Đây chỉ là bản nháp, do đó đừng quá chi tiết và đặt áp lực, cứ để tự do suy nghĩ và đưa ra theo quan điểm mình.

- **Bước 3: Xem và soạn thảo lại**

Khi bạn soạn xong, hãy đọc và xem xét lại bản nháp từ đầu đến cuối. Đừng xóa phần nào. Bạn có rất nhiều thời gian để chỉnh sửa nội dung, câu chữ. Luôn đặt các câu hỏi trong đầu như “Tầm nhìn này nghe có gây cảm hứng không?”, “Có hứng khởi gì khi đọc nó không?”

Bạn viết thông điệp càng nhiều chi tiết càng tốt – nó giúp cho tầm nhìn của bạn thực tế hơn. Đừng bao giờ dùng những câu mơ hồ như “Chúng ta sẽ thành công ty lớn trên thị trường”, thay vào đó, bạn hãy sử dụng những con số thực sự có ý nghĩa.

- **Bước 4: Nhờ sự trợ giúp**

Đây là lúc bạn cần tìm người thực sự tin tưởng và tôn trọng. Nhờ người khác góp ý sẽ giúp tầm nhìn của bạn có tính thực tế và khả thi hơn. Lưu ý, người giúp đỡ phải thực sự hiểu bạn và khách quan trong việc xem xét cũng như đưa ra quan điểm.

THỰC HÀNH

Hãy xây dựng tầm nhìn của bạn theo bốn bước trên

3.1.2. Sứ mệnh (Mission)

Sứ mệnh là lý do để mỗi con người tồn tại. Sứ mệnh cần xúc tích, ngắn gọn và giải thích lý do cá nhân tồn tại để làm gì và sẽ làm gì.

Xây dựng sứ mệnh giúp cho mỗi cá nhân xác định những yếu tố quan trọng và định hướng rõ ràng trước khi xác định việc làm phù hợp. Nó cũng giúp người tìm việc có được niềm tin và các giá trị của riêng mình, cũng như giúp họ tìm được các doanh nghiệp có cùng giá trị để đồng hành và phát triển.

Sứ mệnh thường phải đáp ứng các tiêu chí sau:

- Rõ ràng và dễ hiểu;
- Ngắn gọn và cô đọng;
- Chỉ ra được tại sao ta làm việc đó và lý do tồn tại của ta là gì;
- Phải đưa ra được định hướng cho các hoạt động thích hợp và không quá hẹp;
- Phải thể hiện được các cơ hội và chỉ ra được cái mà xã hội nhớ đến ta;
- Phù hợp với các khả năng riêng có của ta;
- Phải thấy được cam kết của mình.

“Sứ mệnh chân chính của con người là sống, chứ không phải là tồn tại.”

Jack London

Sự khác biệt giữa tầm nhìn và sứ mệnh

	Tầm nhìn	Sứ mệnh
Là gì	Tầm nhìn hoạch định bạn muốn đi ĐẾN ĐÂU. Đó là mối giao thoa giữa giá trị và mục đích.	Sứ mệnh là LÀM THẾ NÀO bạn đi được đến đâu bạn muốn. Xác định mục đích và những mục tiêu chính liên quan đến giá trị của mỗi cá nhân
Trả lời	Nó trả lời câu hỏi “Ta nhắm mục tiêu đến đâu?”	Nó trả lời câu hỏi “Ta làm gì? Điều gì làm cho ta khác biệt?”
Thời gian	Tầm nhìn nói về tương lai.	Sứ mệnh nói về hiện tại hướng đến tương lai.
Chức năng	Tầm nhìn: Lập bảng danh sách mà bạn có thể thấy bạn ở đâu trong những năm tới. Nó thúc đẩy bạn làm việc nỗ lực nhất.	Sứ mệnh: Lập bảng danh sách những mục tiêu rộng từ đó hình thành lên mỗi cá nhân. Chức năng chính của nó là hướng nội, để xác định những biện pháp thành công.
Thay đổi	Hiếm khi thay đổi	Sứ mệnh có thể thay đổi, nhưng phải luôn đi sát vào giá trị cốt lõi và tầm nhìn.
Mục đích	Ta đang hướng đến đâu? Khi nào bạn muốn đạt được đích đến đó? Ta muốn làm nó như thế nào?	Ta đang làm gì bây giờ? Làm cho ai? Lợi ích là gì? Nói cách khác, Tại sao ta làm, Cái gì, Cho ai và Tại sao?

5 bước xây dựng sứ mệnh:

- **Bước 1: Liệt kê các thành tích trong quá khứ**

Hãy nghĩ về những gì bạn đã và đang làm, sau đó, viết một bảng danh sách khoảng bốn đến năm thành tựu tích cực đã đạt được. Nó có thể là những thành tích trong công việc, trong xã hội hoặc gia đình.

Sau đó, hãy xác định giá trị cốt lõi chung của các thành tích này

- **Bước 2: Xác định các giá trị cốt lõi**

Liệt kê danh sách các giá trị cốt lõi mà bạn hướng đến hoặc phấn đấu đạt được.

Danh sách này không giới hạn số lượng. Sau đó, hãy chọn lọc khoảng năm giá trị cốt lõi mà bạn tâm đắc và cho rằng rất quan trọng. Cuối cùng, hãy chọn một giá trị cốt lõi mà bạn cho rằng quan trọng nhất.

- **Bước 3: Xác định những giá trị ích lợi của bạn**

Liệt kê danh sách các cách thức bạn có thể mang đến sự khác biệt. Lý tưởng nhất, bạn có thể đóng góp gì cho:

- Thế giới (nói chung)
- Gia đình
- Cấp trên và đồng nghiệp
- Bạn bè
- Cộng đồng xung quanh

- **Bước 4: Xây dựng mục tiêu**

Dành một chút thời gian để xây dựng các ưu tiên và mục tiêu trong cuộc sống. Các mục tiêu này bao gồm cả ngắn hạn và dài hạn.

- **Bước 5: Xây dựng sứ mệnh**

Thông qua bốn bước trên và sự thấu hiểu về bản thân mình, hãy xây dựng sứ mệnh cho riêng mình và luôn sống với điều đó.

Một số ví dụ về sứ mệnh:



Nick Vujicic

“Sứ mệnh của tôi là
giúp đỡ người khác
thông qua câu chuyện
của mình”

- Nữ hoàng truyền hình Mỹ - Oprah Winfrey: “Trở thành một nhà giáo dục, một người truyền cảm hứng cho mọi người để họ hiểu rằng họ có thể làm được nhiều hơn họ nghĩ”
- Tỷ phú Anh - Sir Richard Branson – Sáng lập tập đoàn Virgin: “Tận hưởng mỗi hành trình trong cuộc sống và học hỏi từ những điều thất bại. Trong kinh doanh, trở thành một nhà lãnh đạo mang lại những điều tốt nhất cho nhân viên, đó chính là lắng nghe, đặt niềm tin, tin tưởng, tôn trọng và để họ phát triển.”

🔗 THỰC HÀNH

Hãy xây dựng sứ mệnh của bạn theo năm bước trên

3.1.3. Giá trị cốt lõi (Core Value)

Đó là những phẩm chất, nguyên tắc, cam kết cần phải giữ bằng mọi giá để bảo đảm đạt được tầm nhìn và sứ mệnh của bạn. Cuộc sống sẽ trở nên ý nghĩa và có mục đích khi bản thân xác định được giá trị rõ ràng. Chính các giá trị này sẽ xác định được “Bạn là ai?”.

Mặc dù giá trị cốt lõi của mỗi cá nhân khác nhau nhưng chính chúng giúp bạn xác định được giá trị sống quanh mình. Hầu hết những người khôn ngoan đều dựa vào giá trị cốt lõi để chọn bạn, các mối quan hệ và cả đối tác trong công việc. Giá trị cốt lõi cũng giúp bạn sử dụng phù hợp, hiệu quả về thời gian, tâm trí và nguồn lực giới hạn của bản thân.

5 bước xác định giá trị cốt lõi bản thân:

CORE
VALUES



- **Bước 1: Nhớ lại và mô tả các điều sau:**

1. Liệt kê 3 thành tích đáng tự hào nhất từ trước đến nay
2. Liệt kê 3 khoảnh khắc đáng nhớ nhất của bạn
3. Những giá trị cốt lõi mà bạn nhận ra từ các điều trên là gì

- **Bước 2: Nhớ lại và mô tả các điều sau:**

1. Liệt kê 3 thất bại tồi tệ nhất từ trước đến nay
2. Liệt kê 3 khoảnh khắc đáng quên nhất của bạn

3. Những giá trị cốt lõi mà bạn nhận ra từ các điều trên là gì

- **Bước 3: Hãy đưa ra ba đến bốn lời khuyên cho bản thân thông qua các giá trị ở hai bước trên**

- **Bước 4: Cô đọng từng lời khuyên thành các từ ngắn gọn và xúc tích**

- **Bước 5: Đánh giá lại từng giá trị cốt lõi ở bước bốn.** Hãy nghĩ về một tình huống mà giá trị cốt lõi nào đó làm bạn thiệt hại hơn so với hỗ trợ. Ví dụ “Đổi mới” là một giá trị tốt, song, đến một thời điểm nào đó bạn sẽ nhận ra rằng cuộc sống của bạn sẽ tốt hơn nhờ sự ổn định, thay vì cứ đổi mới liên tục. Bạn cần suy nghĩ về từng giá trị một cách thận trọng.

Quá trình này cần sự tập trung và suy nghĩ. Bạn cũng có thể thực hiện các bước này cùng với người bạn tin tưởng và hiểu rõ về bạn. Bạn sẽ nhận được các phản hồi trung thực và có giá trị.

Việc này có thể thực hiện trong thời gian dài để kiểm chứng. Giá trị của bạn có thể sẽ phát triển và điều chỉnh theo thời gian.

🔗 THỰC HÀNH

Hãy xây dựng giá trị cốt lõi của bạn theo năm bước trên

Cách đơn giản để xác định giá trị cốt lõi bản thân:

- Nếu có 3 điều mà bạn sẽ quyết không nhân nhượng dù bạn có bị mất việc, đói khổ hoặc bị đau đớn, đó là những điều gì? (ghi ra)

.....

- Nếu có 3 tính từ mà bạn mong muốn người khác nghĩ về mình, đó là những tính từ gì? (ghi ra)

.....

Xin chúc mừng, chính là nó đấy! Đó chính là giá trị cốt lõi của bạn và cũng là những thứ tạo nên phong cách và con người của bạn.

Hãy cẩn thận! Khi hành động của bạn mâu thuẫn với các giá trị thì hệ quả sẽ là nỗi bất hạnh, sự thất vọng và thậm chí nỗi tuyệt vọng sâu thẳm nhất. Các nhà tâm lý học chỉ ra rằng không có nguyên nhân nào gây căng thẳng thần kinh và tổn thương tinh thần bằng những việc làm bên ngoài trái ngược với những giá trị bên trong.

Nắm vững những giá trị cốt lõi của mình sẽ giúp cho cuộc sống trở nên đơn giản và hiệu quả hơn. Trước một sự lựa chọn, bạn hãy đơn giản tự hỏi mình, “*Việc này có phù hợp với những giá trị cốt lõi của mình không?*”. Nếu có thì bạn hãy làm. Nếu không, đừng làm mà cũng đừng nhìn lại. Như vậy, tất cả những điều không vui, khó chịu, tai hại sẽ giảm đi rất nhiều.

Việc xác định tầm nhìn, sứ mệnh và giá trị cốt lõi là sự tuyên bố chiến lược của mỗi cá nhân, là một sự trăn trở để thiết kế, xây dựng chứ không phải chỉ là câu chữ đơn thuần.

3.2. Phân tích SWOT bản thân

Les Brown, một nhà diễn thuyết - chính trị gia người Mỹ đã có một nhận định rất sâu sắc: “Tôi tin rằng cuộc sống là một chuyến hành trình, thường khó khăn và đôi khi tàn nhẫn không ngờ, nhưng chúng ta đều được chuẩn bị tốt cho nó nếu biết nắm lấy tài năng của bản thân và cho phép chúng nảy nở”.

Để “nắm lấy tài năng của bản thân và cho phép chúng nảy nở”, trước hết, bạn cần hiểu rõ bản thân mình. Trên thực tế, có nhiều cách để hiểu về mình: tìm hiểu qua những người thân, thầy cô, bạn bè...; sử dụng các trắc nghiệm tâm lý; thông qua những trải nghiệm thực tế; so sánh với những người xung quanh... Trong nội dung này, chúng tôi đề cập ứng dụng mô hình SWOT nhằm giúp bạn tự nhìn nhận bản thân một cách hệ thống. Nói cách khác, bạn có thể phân tích chính mình thông qua mô hình này. Mục đích chính của việc phân tích bản thân thông qua mô hình SWOT là giúp bạn có thể phát huy những điểm mạnh, hạn chế những điểm yếu, khai thác, tận dụng các cơ hội và có kế hoạch để giảm thiểu những trở ngại. Bạn cần áp dụng kết quả của việc phân tích SWOT một cách hợp lý để xác định mục tiêu phù hợp và đề ra những hành động nhằm đáp ứng tốt nhất yêu cầu công việc tương lai. Bởi thế, đây là một bước không thể thiếu trong việc định hướng và lập kế hoạch nghề nghiệp.

3.2.1. Nhận thức điểm mạnh của bản thân (Strengths)

Trong cuộc sống, bạn có thể nhìn thấy ai đó không đạt thành tích tốt trong học tập, nhưng khi làm việc, họ lại gặt hái nhiều thành công. Bạn sẽ giải thích như thế nào về hiện tượng này? Có thể mỗi người sẽ có câu trả lời khác nhau, dựa trên nhận thức, quan điểm, kinh nghiệm... của mỗi cá nhân. Dưới góc độ tâm lý học nghề nghiệp, một trong những nguyên nhân thường được đề cập là cá nhân ấy đã chọn được một nghề phù hợp, phát huy được điểm mạnh của bản thân. Chẳng hạn, nhân viên chiến lược marketing đòi hỏi phải

có khả năng phân tích, suy luận logic, khả năng phán đoán, sự sáng tạo... Nhân viên tổ chức sự kiện đòi hỏi phải năng động, nhanh nhạy, khả năng xử lý và giải quyết vấn đề tức thời, khả năng làm việc tập thể... Nếu cá nhân ấy có những tố chất, những điểm mạnh phù hợp với tính chất công việc thì khả năng thành công trong nghề là điều dễ lý giải.

Điểm mạnh có thể được hiểu là những yếu tố bên trong cá nhân mang tính tích cực hoặc có lợi giúp bạn đạt được mục tiêu. Đó là những điều mà bạn có thể kiểm soát, như: các nét tính cách tích cực, những kỹ năng liên quan, khả năng cạnh tranh, kiến thức, kinh nghiệm việc làm, khả năng tạo mối quan hệ, trách nhiệm, sự cảm thông, niềm đam mê trong công việc... Những điểm mạnh đó có thể giúp bạn đáp ứng được các yêu cầu của công việc, khiến bạn tạo ra sự khác biệt so với những người khác. Vì vậy, việc xác định chính xác những điểm mạnh của bản thân là chìa khóa quan trọng giúp bạn mở cánh cửa để đến với thành công. Trong quá trình phỏng vấn, nhà tuyển dụng cũng thường đặt câu hỏi này với các ứng viên. Do đó, ngay từ bây giờ, bạn hãy suy nghĩ để trả lời những câu hỏi về điểm mạnh của mình.

- Về tư duy: Thế mạnh tư duy của bạn là gì? Chẳng hạn, khả năng tư duy của bạn thiên về phân tích hay tổng hợp? Hay cả hai? Bạn giỏi trong việc đưa ra các ý tưởng mới hay phân tích các ý tưởng (đặc biệt phân tích, bình luận các ý tưởng của người khác)...

- Về khả năng thao tác: Bạn có giỏi trong các thao tác thực hành không? (như khéo tay).

- Về đặc điểm tính cách: Những nét tính cách tốt đẹp nào có thể giúp bạn thành công trong tương lai?

- Về năng lực cá nhân: Bạn có những năng lực cá nhân nào nổi trội không?

- Về kinh nghiệm, kỹ năng: Bạn đã có những kinh nghiệm nào có thể giúp bạn đáp ứng các yêu cầu công việc? Bạn có những kỹ năng nào nổi trội?

- Về kiến thức: Bạn đã tích lũy được nhiều kiến thức để tự tin trả lời câu hỏi của các nhà tuyển dụng cũng như đáp ứng yêu cầu công việc? (kiến thức chuyên ngành và kiến thức liên quan, kiến thức xã hội)

- Về bằng cấp: Bằng cấp của bạn có thể đáp ứng yêu cầu tuyển dụng?

- Về mối quan hệ: Bạn có những mối quan hệ tích cực có thể hỗ trợ bạn trong công việc?

Điểm mạnh ở đây không chỉ được hiểu là điểm mạnh của bản thân (so với điểm yếu) mà còn được hiểu là những đặc điểm nổi trội, độc đáo mà bạn đang nắm giữ khi so sánh với đối thủ cạnh tranh. Vì vậy, bạn cần nhìn nhận bản thân trong mối tương quan với người khác. Chẳng hạn, trong lớp học, bạn cần nhận biết mình có khả năng, đặc điểm nào nổi trội hơn bạn bè, mà đó có thể được xem là lợi thế để bạn chiến thắng. Vì vậy, bạn cũng cần so sánh với những người xung quanh, với đối thủ để trả lời những câu hỏi quan trọng sau:

- Bạn có đặc điểm/năng lực/thể mạnh nào nổi bật so với người khác? (chẳng hạn: về ngoại hình, giọng nói, khả năng ngoại ngữ, các mối quan hệ, kỹ năng, bằng cấp...).

- Bạn có nét tính cách/giá trị nào nổi bật mà bạn tin rằng người khác không hoặc khó thể hiện được như bạn? (ví dụ: sự kiên nhẫn, nghị lực, khả năng lắng nghe...)

- Loại công việc nào bạn nghĩ mình sẽ làm tốt hơn người khác?

3.2.2. Nhận thức điểm yếu của bản thân (Weaknesses)

Hẳn bạn cũng đã nghe thành ngữ “gót chân Asin” từ câu chuyện Asin (Achilles)? Thành ngữ này ra đời nhằm nói bất kỳ ai hay vật gì cũng đều có điểm yếu. Việc nhận diện và liệt kê điểm yếu của bản thân là một quá trình “tự kiểm điểm” lại chính mình.

Điểm yếu có thể được hiểu là những yếu tố bên trong cá nhân mang tính tiêu cực hoặc gây khó khăn trong việc đạt được những mục tiêu của bạn. Đây cũng là những yếu tố mà bạn có thể kiểm soát, như: những nét tính cách tiêu cực, thói quen làm việc không tốt, thiếu kinh nghiệm việc làm hoặc những kinh nghiệm có liên quan, khả năng thiết lập mối quan hệ kém, thiếu định hướng nghề nghiệp, thiếu kỹ năng quản lý nghề nghiệp...

Rất khó để có cơ hội việc làm cũng như sự thăng tiến nếu bạn ứng tuyển hoặc đang làm công việc mà ở đó đòi hỏi những kỹ năng bạn không có hoặc yếu. Chẳng hạn, bạn đang làm ở vị trí nhân viên bán hàng nhưng điểm yếu của bạn lại là kỹ năng giao tiếp, thực tế sẽ rất khó để có sự khởi sắc trong nghề nếu bạn không cố gắng khắc phục

điểm yếu này. Vì vậy, khi nhận ra những điểm yếu của bản thân, bạn cần tìm cách khắc phục để hạn chế những trở ngại mà nó gây ra cho bạn. Bạn hãy trả lời trung thực những câu hỏi sau:

- Những nét tính cách nào/những thói quen nào cản trở bạn trong công việc?
- Những kiến thức, kỹ năng nào bạn không giỏi?
- Bạn không thích loại công việc nào?
- Đây là những nhược điểm mà nhiều người xung quanh đánh giá về bạn?

Để nhìn nhận chính xác tất cả những điểm yếu của bản thân có thể ảnh hưởng tiêu cực đến các cơ hội việc làm cũng như sự phát triển nghề nghiệp, bạn cần thời gian để chiêm nghiệm về mình và tìm hiểu về nghề. Bạn cũng nên hỏi ý kiến của những người thân, bạn bè về những nhược điểm của mình.

3.2.3. Nhận thức cơ hội của bản thân (Opportunities)

Cơ hội là những tác nhân bên ngoài cá nhân mang tính tích cực hoặc có lợi có thể giúp bạn đạt được mục tiêu. Đây là những yếu tố mà bạn không thể kiểm soát, như: sự phát triển của nền kinh tế, công nghệ hiện đại, sự ra đời hoặc phát triển của ngành nghề cụ thể, sự xuất hiện nhu cầu về kỹ năng hoặc chuyên môn mới, xu hướng phát triển mạnh mẽ của ngành nghề đang theo học, đang làm... Bạn có thể tận dụng những cơ hội để tìm kiếm việc làm hoặc quyết định hướng nghề nghiệp. Trả lời những câu hỏi sau có thể giúp bạn nhận thức rõ cơ hội của bản thân:

- Sự phát triển của nền kinh tế có tạo cơ hội việc làm cho bạn không? (Chẳng hạn, việc kí kết các Hiệp định thương mại, sự hội nhập của nền kinh tế)
- Những xu hướng mà bạn nhìn thấy trong ngành học/lĩnh vực của mình, và nhận thấy trong đó mình có những lợi thế nhất định không?
- Sự phát triển vượt trội của công nghệ thông tin có thể giúp bạn không? (Ví dụ: Internet giúp bạn dễ tìm việc làm?)

- Ngành học của bạn đang phát triển và nhu cầu lao động ở ngành học này rất lớn phải không?

Bạn cũng có thể tìm thấy những cơ hội tốt ngay trong lớp học, trong các buổi hội thảo, trong các sự kiện kết nối cộng đồng, trong một vai trò mới hay một dự án mới đòi hỏi bạn cần phải có một kỹ năng mới, trong các hoạt động đoàn thể...

3.2.4. Nhận thức những nguy cơ/mối đe dọa đối với bản thân (Threats)

Nguy cơ là những tác nhân bên ngoài cá nhân mang tính tiêu cực hoặc gây khó khăn trong việc đạt được mục tiêu của bạn. Đó là những yếu tố mà bạn cũng không thể kiểm soát, như: sự hợp nhất hoặc tái cấu trúc của nền kinh tế, sự thay đổi những yêu cầu của thị trường lao động và những tác động của chúng đối với các doanh nghiệp, thay đổi về những tiêu chuẩn nghề nghiệp mà bạn không đáp ứng, giảm nhu cầu đối với một trong những kỹ năng của bạn, sự tiến triển công nghệ mà bạn chưa chuẩn bị cho nó, sự xuất hiện của các đối thủ cạnh tranh... Bạn hãy trả lời những câu hỏi sau để làm sáng tỏ những nguy cơ đối với bạn:

- Những thay đổi/đòi hỏi về công nghệ có thể đe dọa đến khả năng xin việc của bạn hoặc vị trí của bạn trong công việc không?
- Ngành nghề của bạn đang có những biến động lớn phải không? (Chẳng hạn, sự di chuyển lao động tự do trong 1 số lĩnh vực của khối AEC, trong đó có lĩnh vực của bạn. Điều này khiến bạn đối mặt với nhiều đối thủ trong các cơ hội việc hơn)
- Lĩnh vực/ngành học của bạn đang giảm nhu cầu lao động phải không?
- Có những thay đổi về tiêu chuẩn nghề nghiệp mà hiện tại bạn chưa đáp ứng phải không?
- Những trở ngại mà bạn phải đối diện trong công việc là gì?
- Bạn bè của bạn có phải là đối tượng cạnh tranh với bạn trong các cơ hội việc làm, trong một dự án hay trong một vai trò/trách nhiệm nào đó không?

Một yếu tố bên ngoài cũng có thể vừa là cơ hội, vừa là thách thức. Chẳng hạn, sự hội nhập kinh tế có thể là một cơ hội vì nó có thể mở ra cho bạn những cơ hội việc làm mới, với những nguồn thu nhập hấp dẫn hơn và khả năng thăng tiến cao hơn, nhưng cũng có thể là mối đe dọa vì đối thủ cạnh tranh của bạn sẽ nhiều hơn, đòi hỏi những yêu cầu nghề nghiệp cao hơn như ngoại ngữ, các kỹ năng chuyên môn và kỹ năng mềm.

Tóm lại, phân tích SWOT là một bước quan trọng, cần thiết và hữu ích để giúp bạn nghĩ đến những khả năng hiện có và cả trong tương lai, liên quan đến môi trường bên ngoài, nghĩa là thị trường công việc. Trong đó, điểm mạnh (S) và điểm yếu (W) là những yếu tố của bản thân, cơ hội (O) và thách thức (T) nằm ở môi trường bên ngoài.

Sau đây là bản phân tích SWOT của Kim Uyên, người đang theo học ngành Marketing tại một trường Đại học.

1. Điểm mạnh:

- Về tư duy: có khả năng sáng tạo, phân tích và tổng hợp
- Về kỹ năng:
 - + Tự tin giao tiếp, thuyết trình trước đám đông.
 - + Kỹ năng viết tốt.
- Về tính cách:
 - + Có trách nhiệm cao với công việc.
 - + Hòa đồng, năng động, thích nghi nhanh với môi trường mới.

2. Điểm yếu:

- Quản lý thời gian chưa tốt (có xu hướng trì hoãn công việc).
- Khả năng kiểm soát cảm xúc chưa tốt.
- Vụng về trong các thao tác thực hành.
- Khả năng giao tiếp tiếng Anh còn hạn chế.

3. Cơ hội:

- Việt Nam hội nhập kinh tế thế giới (như gia nhập khối APEC, kí kết hiệp định TPP...)
- Xu hướng phát triển của ngành Marketing.

4. Thách thức:

- Số lượng sinh viên ngành Marketing lớn.
- Việc chuyển đổi lao động tự do giữa các nước trong khối APEC.
- Tiêu chuẩn tuyển dụng ngày càng cao.

Từ việc phân tích SWOT bản thân, Kim Uyên có thể đề ra cách thức để phát huy điểm mạnh, theo đuổi những cơ hội nghề nghiệp phù hợp với điểm mạnh của mình. Kim Uyên cũng cần đề ra các biện pháp để khắc phục những điểm yếu, xác định cách sử dụng điểm mạnh để giảm thiểu rủi ro do môi trường bên ngoài gây ra, thiết lập kế hoạch để tránh cho những điểm yếu bị tác động nặng nề hơn từ môi trường bên ngoài.

3.3. Chiến lược lựa chọn nghề nghiệp phù hợp với SWOT

3.3.1. Tìm hiểu về nghề và các lựa chọn nghề nghiệp

Lựa chọn ngành nghề của mỗi người là việc rất quan trọng. Tuy nhiên, làm thế nào để chọn được cho mình một ngành nghề phù hợp với bản thân lại càng quan trọng hơn, vì đó là yếu tố mang tính quyết định cho sự thành công của bạn trong tương lai. Đó cũng chính là câu hỏi nhận được nhiều sự quan tâm của cả học sinh và lẫn các bậc phụ huynh mỗi mùa thi đến. Hãy cùng trải nghiệm “khám phá bản thân” xem mình phù hợp với ngành nghề nào các bạn nhé:

a. Dựa vào sở thích

Ngành nghề xã hội rất phong phú, đa dạng, khi bạn yêu thích, say mê một nghề nào đó thì sẽ có động lực để làm việc, tìm tòi, sáng tạo, phát triển và thành công. Vì vậy, chọn nghề nghiệp phù hợp với sở thích là một yếu tố rất quan trọng và hiểu được sở thích nghề nghiệp sẽ giúp các bạn chọn được ngành học phù hợp để phát triển nghề nghiệp trong tương lai.

Bạn không nên chọn ngành theo bạn bè, vì nếu không thực sự yêu thích bạn sẽ mất thời gian thi lại, học lại do không phù hợp với bản thân.

b. Dựa vào năng lực

Năng lực là khả năng bạn có thể theo học và làm được nghề. Học sinh có thể đánh giá năng lực của bản thân qua kết quả học tập trong 3 năm THPT. Ngoài ra, cần phải lưu ý về ngành học cần kỹ năng gì và mình có đáp ứng được hay không.

Nếu khả năng, năng lực bản thân không đủ đáp ứng nhu cầu công việc, chắc chắn bạn không thể sống được bằng ngành nghề bạn đã học.

c. Dựa vào hoàn cảnh gia đình

Ngày nay, chi phí cho việc học đại học không hề nhỏ. Vì thế, việc chọn ngành, chọn trường sao cho phù hợp với khả năng tài chính là tiêu chí phải lưu ý trước tiên. Tự nhận biết khả năng và cân nhắc kỹ lưỡng để có sự đầu tư hiệu quả giúp các bạn thêm tự tin và kiên trì theo đuổi nghề nghiệp, biết lượng sức mình và quyết tâm thì cơ hội thành công cao nhất sẽ đến với các bạn.

d. Dựa vào nhu cầu xã hội

Sau khi ra trường có thể dễ dàng tìm được một công việc phù hợp, cơ hội thăng tiến cao là mơ ước của rất nhiều người. Do đó, việc tìm hiểu nhu cầu của xã hội trước khi bắt tay vào học một ngành nào đó là việc cực kỳ quan trọng, điều đó quyết định tương lai của bạn về sau. Một công việc được cho là dễ xin chỉ khi xã hội đang cần, nhu cầu tuyển dụng cao hơn nguồn lao động hiện có trên thị trường. Tuy nhiên, điều đó cũng sẽ sớm bão hòa sau một thời gian không xa, vì có cầu ắt có cung, vì vậy một ngành được cho là “hot” hiện nay cũng không có gì đảm bảo là sẽ ổn định lâu dài.

Các bước để chọn ngành nghề phù hợp với bản thân:

Bước 1: 11 nhóm công việc giúp bạn xác định nghề nghiệp

Các nghề liên quan đến nghệ thuật: Đây là những nghề cần sự đam mê và sự khéo léo. Có thể là những nghề liên quan đến việc vẽ, chạm trổ, thủ công hoặc trong các lĩnh vực âm nhạc, kịch,...

Các nghề liên quan đến công việc văn phòng và hành chính quản trị: Bạn có thể quan tâm tới công việc viết lách, thư từ, việc tổ chức, kiểm tra và ghi chép chính xác các thông tin. Cao hơn, bạn có thể thiết lập, tổ chức và kiểm tra các hoạt động của một cơ quan, một chương trình nào đó của công ty. Công việc văn phòng không nhất thiết phải ngồi một chỗ cả ngày. Lúc này hay lúc khác bạn có thể rời khỏi văn phòng ra ngoài để giải quyết công việc. Có thể là các công việc thường xuyên tiếp xúc với khách hàng hay với các nhân viên khác.

Các nghề liên quan đến việc phân tích số liệu: Bạn có thể ưa thích làm việc với những con số, công thức hay số liệu thống kê hay thực hiện các công việc tính toán, ước tính và định giá. Bạn cũng có thể sử dụng các dữ liệu, kết quả điều tra, máy vi tính để thu thập, đánh giá và tổng hợp thông tin. Nhiều người làm việc trong lĩnh vực này có đầu óc phân tích, có khả năng sử dụng số liệu để dự báo và dự đoán các xu hướng phát triển kinh tế, xã hội, dân số cũng như các xu hướng phát triển khác.

Các nghề liên quan đến dịch vụ cộng đồng và trợ giúp: Bạn cũng có thể là một kiểu người ưa thích các công việc giúp đỡ, hướng dẫn người khác. Công việc bạn làm cũng có thể liên quan tới lợi ích cộng đồng, giáo dục, bảo vệ sức khỏe, các dịch vụ bảo vệ hay thông tin.

Các nghề liên quan đến tiếp xúc cá nhân: Bạn có khả năng dễ dàng giao tiếp với người khác. Công việc của bạn là thảo luận, tiếp xúc với các ý kiến và hành vi của người khác. Bạn cần có những lập luận và kỹ năng nghe tốt, tạo ấn tượng tốt.

Các nghề liên quan đến nghiên cứu: Bạn thích làm việc với những ngôn từ và ý tưởng. Bạn thích diễn đạt ý kiến và ý tưởng của mình trong công việc viết lách và thảo luận. Bạn

hay đưa ra các lập luận, các cách giải quyết vấn đề khác nhau.... Những lĩnh vực này liên quan nhiều đến công việc nghiên cứu.

Các nghề liên quan đến y tế: Bạn thích làm những công việc chữa trị, cứu trợ, vật lý trị liệu và các hoạt động y học khác. Bạn có thể phải làm việc trực tiếp với các bệnh nhân. Một vài người cảm thấy không thích thú lắm với việc này do họ sợ máu hay phẫu thuật.

Các nghề liên quan đến công việc ngoài trời: Bạn thích làm việc ở bên ngoài trong một môi trường mở và vận động, thường xuyên như là: kho hàng, nhà ga, ngành xây dựng, nông nghiệp, hầm mỏ và vận tải. Nhiều trường hợp tuy gọi là: “Công việc văn phòng” nhưng vẫn liên quan đến công việc ngoài trời, ví dụ: nhân viên y tế cộng đồng, họa sỹ, kế toán nông nghiệp, các nhà sinh vật học...

Các nghề liên quan đến kỹ thuật và cơ khí: Bạn thích làm việc với các công cụ, thiết bị, máy móc và cả trong việc thiết kế, xây dựng, bảo dưỡng và sử dụng chúng. Bạn cũng có thể làm việc thường xuyên với dụng cụ kỹ thuật, thiết kế hay lập kế hoạch và sử dụng máy tính nhằm hỗ trợ cho việc thiết kế, sản xuất hay quản lý. Bạn có tính tỉ mỉ, thích biết bản chất sự việc như thế nào và tại sao những thứ đó lại diễn ra như vậy.

Các nghề liên quan đến công việc thủ công: Bạn là người thích kiểu công việc cần phải sử dụng tay và sử dụng các công cụ, dụng cụ để làm việc. Bạn có thể là người ưa thích nhiệm vụ thực hành mà cần có độ chính xác cao.

Các nghề liên quan đến khoa học: Bạn ưa thích việc quan sát và đánh giá. Điều này thường liên quan đến công việc nghiên cứu khoa học và thí nghiệm. Bạn cần phải có tính kiên nhẫn, tỉ mỉ trong những thí nghiệm phức tạp và các quan sát đánh giá khác nhau.

Bước 2: Trả lời các câu hỏi: Bạn có thích hay không thích loại công việc này? Bạn thích loại công việc này ở mức độ nào?

Hãy trả lời các câu hỏi đó vào bảng dưới đây bằng cách đánh dấu (X) vào ô phù hợp:

	Không thích	Không say mê	Không chắc chắn	Thích	Rất thích
Nghệ thuật					
Văn phòng và hành chính quản trị					
Phân tích số liệu					
Các dịch vụ cộng đồng và trợ giúp					
Tiếp xúc cá nhân					
Nghiên cứu					
Y tế					
Công việc ngoài trời					
Kỹ thuật và cơ khí					
Công việc thủ công					
Khoa học					

Bước 3: Hãy xem phần các hình thức việc làm tương ứng với các nhóm sở thích, bạn hãy đọc tất cả các nghề được giới thiệu trong nhóm nghề mà bạn đã chọn “Thích” và “Rất thích”.

Bước 4: Hãy viết ra những nghề mà bạn thích và bản thân bạn mong muốn được làm việc bằng những nghề đó. Nếu như có nghề nào mà bạn chưa chắc chắn thì hãy xem phần giới thiệu một số nghề ở phần tham khảo, nếu như nghề mà bạn chọn không có trong phần

này, bạn có thể tìm hiểu thêm thông tin về nghề đó trước khi quyết định đưa vào danh sách những nghề ưa thích của bạn.

Bước 5: Hãy quyết định nghề nào mà bạn mong muốn từ danh sách những nghề mà bạn đã liệt kê trong bước 4. Bạn hãy tìm hiểu sâu về nghề đó bằng cách xem phần Giới thiệu một số nghề trong phần tham khảo của cuốn sách này. Nếu như nghề đó không có trong phần tham khảo thì bạn có thể đến các trung tâm giới thiệu việc làm gần nơi bạn sống để tìm hiểu, bạn cũng có thể tìm hiểu thông qua người thân, thầy cô, bạn bè hoặc những người đang làm việc mà bạn biết,...

Bước 6: Nếu như bạn không tìm thấy nghề nào mà bạn yêu thích sau bước 4 và 5 thì có thể có những nguyên nhân sau:

Bạn có một số khó khăn trong việc quyết định. Bạn cần phải hiểu rằng những ý tưởng về nghề nghiệp chỉ là tạm thời và đôi khi bạn sẽ thay đổi nghề nghiệp trong tương lai. Có khi bạn chưa chọn đúng nhóm nghề mà bạn thực sự ưa thích. Bạn hãy bắt đầu lại từ bước 1 và cần phải thận trọng hơn trong việc quyết định.

Chúc các bạn chọn được ngành nghề phù hợp với bản thân và thành công.

3.3.2. Xác lập Mục tiêu và Hoạch định con đường đến Mục tiêu

Xác lập mục tiêu cá nhân là quá trình cân nhắc về tương lai lý tưởng của bạn. Rất nhiều người trong chúng ta luôn cảm thấy như thể mình bị bỏ mặc và không được trân trọng công lao, chúng ta làm việc chăm chỉ nhưng lại không đạt được kết quả gì. Nhưng bạn có biết vì sao lại như vậy không? Đó là vì bạn chưa dành thời gian suy nghĩ về những gì bạn thực sự muốn trong cuộc sống cũng như chưa xác định được những mục tiêu mong muốn. Xác định chính xác điều bạn mong muốn sẽ giúp bạn biết nên phải tập trung nỗ lực vào đâu.

a. Tại sao phải xác lập mục tiêu?