

## ZARZĄDZANIE SAMYM SOBĄ JAKO DETERMINANTA I WARUNEK SINE QUA NON SPRAWNEGO ZARZĄDZANIA ORGANIZACJĄ

Henryk BIENIOK<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Akademia Górnośląska im. W. Korfantego, Katowice; henryk.bieniok@ue.katowice.pl; 0000-0001-5478-2691

**Streszczenie:** Można z dużym prawdopodobieństwem stwierdzić, że obserwując zachowania dzisiejszej młodzieży, zarządzanie samym sobą pozostawia jeszcze wiele do życzenia. Wymaga to znacznego przewartościowania systemów nauczania nie tylko na studiach wyższych, ale także na wszystkich niższych poziomach nauczania. Wrywkowe tylko sondażowe badania dowodzą, że zarządzanie samym sobą jest pierwotnym warunkiem sine qua non sprawnego zarządzania nie tylko w osobistych obszarach swojego życia wyszczególnionych w Tabeli nr 1, ale także zarządzania jakimkolwiek biznesem. Bez uprzedniego nauczania się oraz realizowania przynajmniej niektórych działań w przedstawionych obszarach, nie jest możliwy sukces w jakiegokolwiek dziedzinie życia osobistego, a także szerszej działalności zawodowej.

**Słowa kluczowe:** zarządzanie samym sobą, misja życiowa

## SELF-MANAGEMENT AS A DETERMINANT OF EFFECTIVE ORGANIZATIONAL MANAGEMENT

**Abstract:** In the study, the author tried to accomplish the following objectives in sequence: to define the concept and factors that determine effective self-management, to define the role of life mission as a foundation of self-management, to show the relationship between self-management and management of any organization. The article begins with a mini test of the quality of self-management, aimed at the readers. It aims to answer the question to what extent the Reader is able to manage his numerous resources and what his shortcomings and deficiencies in this area still are. In the further part of the article, the author specifies and develops the concept of self-management in detail and justifies its importance in organizational management. He tries to prove that "if someone cannot manage himself, he will not be able to manage anything else efficiently".

**Keywords:** self-management, life mission

## 1. Wprowadzenie

Po raz pierwszy podjął się zadania zdefiniowania zarządzania samym sobą Peter Drucker (Drucker, 2005). W ślad za nim powstało potem kilka publikacji (także w języku polskim) poświęconych temu zagadnieniu. Autor opracowania stara się jednak rozwinąć i doprecyzować te zagadnienia. Dlatego celem niniejszego artykułu jest:

- szersze zdefiniowanie pojęcia stanowiącego przedmiot rozważań,
- określenie czynników decydujących o sprawnym zarządzaniu samym sobą, **a zwłaszcza swoim zdrowiem, wiedzą, inteligencją, talentami, finansami, dobrami materialnymi i własną rodziną,**
- nakreślenie roli misji życiowej stanowiącej sedno zarządzania samym sobą,
- ukazanie związków między zarządzaniem samym sobą a zarządzaniem jakąkolwiek organizacją.

Aż dziwne, że nauki o zarządzaniu są bardzo młode, chociaż zarządzaniem (państwami, armiami, warsztatami rzemieślniczymi, firmami, zespołami ludzkimi, rodzinami, itp.), a nadto zarządzaniem samym sobą (nieraz nieudolnie) zajmują się ludzie od początku dziejów, często nie wiedząc o tym, że właśnie to, co robią, jest tak naprawdę rodzajem zarządzania. Mało kto zdaje sobie sprawę z tego, że sam w znacznym stopniu najpierw zarządza samym sobą, a dopiero potem rodziną, zespołem pracowników lub firmą, czyniąc to lepiej lub gorzej. Dlatego potrzeba poznania przynajmniej podstaw zarządzania, w tym zarządzania samym sobą, jest tak niezbędna i powszechnie potrzebna.

Wychodząc naprzeciw trudnemu wyzwaniu, jakim jest zdefiniowanie pojęcia zarządzania samym sobą, proponujemy od razu na początku poddanie się testowi pozwalającemu na określenie jakości zarządzania swoimi licznymi zasobami. Czynimy to celowo w tym miejscu ponieważ, takie podejście w znacznym stopniu obiektywizuje odpowiedzi Czytelników i ewentualnych respondentów. Pozwala także na lepsze przyjrzenie się sobie oraz na podjęcie odpowiednich zachowań doskonalących dotychczasowy styl życia.

## 2. Minitest jakości zarządzania samym sobą

### 2.1. Wstęp do testu

Celem testu jest określenie, przynajmniej w dużym skrócie, sposobu zarządzania samym sobą, a w konsekwencji jakości swojego życia w dążeniu do poprawy własnych zachowań i kompetencji menedżerskich. Nie lekceważmy jednak jego wyników i wyciągnijmy odpowiednie wnioski na przyszłość. Podkreślamy potrzebę uczciwego wypełnienia testu, zwłaszcza że jego wynik pozostanie słodką tajemnicą osoby wypełniającej.

### 2.2. Sposób wypełniania testu

Każdy stan lub swoje zachowanie należy ocenić w skali jego natężenia od 0 do 5 punktów, gdzie 0 oznacza, że zjawisko to w ogóle nie ma miejsca, a 5 punktów w pełni potwierdza tę tezę. Oceny pośrednie, pomiędzy 0 a 5 punktów, oznaczają, że w większym lub mniejszym stopniu ma to miejsce.

### 2.3. Ocena głównych parametrów zarządzania samym sobą

1. Mam jasno określone cele życiowe prowadzące do sukcesu.....0, 1, 2, 3, 4, 5
2. Mam konkretne plany długoterminowe w tym zakresie.....0, 1, 2, 3, 4, 5
3. Codziennie sporządzam na piśmie swój plan dnia.....0, 1, 2, 3, 4, 5
4. Ciągłe się uczę i doskonalam w tym, co robię.....0, 1, 2, 3, 4, 5
5. Ciągłe walczę z negatywnymi przyzwyczajeniami i zachowaniami.....0, 1, 2, 3, 4, 5
6. Znam swoje talenty i pracuję nad ich rozwojem.....0, 1, 2, 3, 4, 5
7. Nie palę papierosów i nie używam narkotyków.....0, 1, 2, 3, 4, 5
8. Nie nadużywam alkoholu.....0, 1, 2, 3, 4, 5
9. Zdrowo się odżywiam w myśl zaleceń diety śródziemnomorskiej.....0, 1, 2, 3, 4, 5
10. Moja aktywność fizyczna jest wysoka (ok. 10.000 kroków dziennie).....0, 1, 2, 3, 4, 5
11. Śpię 7-8 godzin na dobę.....0, 1, 2, 3, 4, 5
12. Robię wszystko, aby walczyć ze stresem i złym stanem emocjonalnym.....0, 1, 2, 3, 4, 5
13. Na czytanie książek i gazet poświęcam dziennie co najmniej 1,5 godziny...0, 1, 2, 3, 4, 5
14. Niczego ważnego nie odkładam na potem.....0, 1, 2, 3, 4, 5
15. Codziennie używam złotych słów: dziękuję, przepraszam, proszę.....0, 1, 2, 3, 4, 5
16. Jestem człowiekiem emocjonalnie zrównoważonym.....0, 1, 2, 3, 4, 5
17. Ciągłe staram się poprawiać swoją sytuację materialną.....0, 1, 2, 3, 4, 5
18. W domu, w pracy i wszędzie realizuję zasadę „Obowiązki Plus”.....0, 1, 2, 3, 4, 5
19. Racjonalnie korzystam z użytkowania sprzętu elektronicznego.....0, 1, 2, 3, 4, 5

Zarządzanie samym ...

20. Pracuję nad kształtowaniem pozytywnych relacji ze wszystkimi.....0, 1, 2, 3, 4, 5  
Suma punktów.....

#### 2.4. Sposób wypełniania testu

- Powyżej 85 pkt – bardzo dobrze zarządzasz swoim życiem (gratulujemy!).
- 70-85 pkt – jesteś na dobrej drodze do lepszego życia, ale trzeba się jeszcze bardziej starać.
- Poniżej 70 pkt – jeśli niczego nie poprawisz, nie masz szans na lepsze życie, a także na sukces życiowy i biznesowy.

W ramach wykładów z zakresu zarządzania, prowadzonych przez autora w kilku uczelniach ekonomicznych, przeprowadzano każdorazowo wśród studentów na pierwszym z nich, anonimowy test tego rodzaju. Zakładano hipotetycznie, że wybierając studia z zakresu zarządzania, zostaną oni w przyszłości menedżerami. Wyniki testu, które pozostały ich słodką tajemnicą, miały przekonać o swoich obecnych kompetencjach w zakresie zarządzania samym sobą, a w konsekwencji o szansach na sprawne zarządzanie w organizacjach, w których przyjdzie im pracować.

Trzeba ze smutkiem stwierdzić, że prawie nikt z nich nie przekroczył dolnej granicy punktowej ( min. 70 pkt) uprawniającej do sprawnego zarządzania samym sobą. Test uświadomił respondentom, że nie byłoby im dobrze zarządzać jakimkolwiek zespołem ludzkim, skoro obecnie nie bardzo potrafią zarządzać samym sobą. Jednocześnie udowodnił studentom, że należy wprowadzić w swoim życiu jeszcze wiele zmian i modyfikacji zachowań, aby sprostać obecnym, a także przyszłym wyzwaniom biznesowym, a także życiowym.

Zdajemy sobie sprawę z tego, że wyniki testu nie uprawniają do szerszych uogólnień, ponieważ są jedynie wstępnym badaniem pilotażowym, typu małego zwiadu badawczego. Wydaje się jednak, że powinny co najmniej zastanawiać, a z pewnością również niepokoić. Powinny być mimo wszystko alarmującym sygnałem skłaniającym do dalszych badań, a następnie do odpowiednich działań pedagogicznych i wychowawczych.

**Dotychczas nie przeprowadzono w Polsce szerszych badań dotyczących jakości zarządzania samym sobą. Test może być jednak wykorzystany przez samych Czytelników, a także przez wszelkiego rodzaju menedżerów. Jego wyniki powinny uzmysłwić respondentowi swoje siły i słabości, a także skłonić do dalszych wysiłków samodoskonalących.**

### 3. Istota oraz czynniki zarządzania samym sobą

Jeśli chodzi o treść zarządzania samym sobą, to wbrew pozorom, nie różni się ono zbyt wiele od zarządzania jakąkolwiek firmą lub organizacją. W obu przypadkach chodzi o poprawę sprawności (efektywności) działań i lepsze wykorzystanie zasobów prowadzące do sukcesu (odpowiednio - osobistego lub zespołowego).

W przypadku firmy, sprawne zarządzanie jej zasobami generuje korzyści (zyski), a złe przynosi straty. W odniesieniu do zarządzania samym sobą, dobre zarządzanie własnymi zasobami (a jest ich wiele) prowadzi do sukcesu życiowego, a złe do ciągłych pomyłek, potknięć i porażek.

Zarządzanie samym sobą polega na uważnym projektowaniu i realizacji racjonalnych działań przynoszących korzyści życiowe nie tylko sobie, ale także innym ludziom. Brak, lub niewłaściwe zarządzanie samym sobą sprawia, że popełniamy wiele błędów i doznajemy wielu kłopotów, przez co nasze życie staje się byle jakie, lub takie sobie. Pesymiści, a także ludzie bierni, leniwi i zadufani w sobie, nie potrafią zarządzać samym sobą, bo wymaga to przecież pewnego wysiłku umysłowego, na który ich nie stać.

Mówiąc w skrócie, zarządzanie samym sobą polega na ciągłym poprawianiu siebie. Chodzi w nim w szczególności o bardzo kłopotliwą i trudną sprawę jaką jest samodoskonalenie. Niestety lepiej wychodzi nam wypominanie i wytykanie błędów innym, aniżeli uszlachetnianie siebie.

Zarządzanie samym sobą to świadome i efektywne wykorzystywanie i rozwijanie swoich licznych zasobów osobistych w celu zapewnienia sukcesu i szczęścia osobistego. Jego pierwotnym źródłem jest mądre „samouczenie się i doskonalenie samego siebie”, czyli uważne i celowe rozpoznawanie i pomnażanie swoich zasobów, walorów, talentów oraz wartości fizycznych, umysłowych, duchowych i emocjonalnych (Bieniok, 2019).

Zarządzanie samym sobą polega na świadomym i wytrwałym samodoskonaleniu się, zmierzającym do racjonalnego postępowania, w pierwszej kolejności, w różnych codziennych sytuacjach. Jego pierwotnym źródłem jest ciągłe uczenie się i edukowanie „samego siebie” w celu stawania się lepszym człowiekiem. Jeśli nie będziemy się nieustannie doskonalili we wszystkim, co robimy, nigdy sukcesu nie osiągniemy. Taka samoedukacja polega na uważnym, świadomym i celowym rozpoznawaniu i pomnażaniu swoich licznych zasobów. Trzeba to jednak robić w sposób mądry, systematyczny i uporządkowany, czyli taki, jaki stosuje się w profesjonalnym, sprawnym zarządzaniu. Uczenie się zarządzania samym sobą nigdy się nie kończy, bo nigdy nic nie jest tak dobre, aby nie mogło być jeszcze lepsze.

## Zarządzanie samym ...

Zarządzanie samym sobą to trwająca całe życie nauka i przebudowywanie siebie, które nie kończy się z chwilą przeczytania jednej książki lub zaliczenia jednego szkolenia w tym zakresie. Zarządzanie samym sobą to trwająca całe życie, mądra i przyjemna nauka, a nawet przygoda intelektualna, która nigdy się nie kończy. A jeśli widzimy jej efekty, staramy się być jeszcze lepsi dla siebie i dla innych.

Zarządzanie samym sobą powinno dotyczyć zarówno działań i zachowań bieżących, jak i dalekosiężnych. Te ostatnie powinny konsekwentnie wynikać z naszej wizji życia oraz ze świadomie sformułowanych celów życiowych. Ich logika powinna być podporządkowana i zgodna z możliwie wyraźnie określoną misją całego, naszego życia (Bieniok, 2016).

Musimy pamiętać, że nasze życie nie jest z góry i przez kogoś zaprojektowane. To my tworzymy je dosłownie w każdej chwili. Najczęściej, na początku nie mamy żadnego, konkretnego planu, czyli scenariusza całego życia, a nawet scenariusza najbliższego tygodnia i dnia. Tworzymy je na bieżąco, czyli niestety dosyć przypadkowo je improwizujemy. Jednak życie bez świadomego i dobrze przemyślanego scenariusza (planu i misji) jest często pełne beznadziei, chaosu i sprzeczności. Japończycy codziennie używają słowa „Ikigai”, określającego cele swojego życia (cele codzienne, tygodniowe i dłuższe) dla których warto wstawać z łóżka, aby podjąć się ich realizacji. Być może dlatego są tak aktywni, produktywni i tak długowieczni.

Zarządzanie samym sobą polega na nieustannym dialogu wewnętrznym zmierzającym do poznawania, a następnie przewartościowywania i rewaloryzacji swoich myśli, postaw, nawyków, nastrojów i zachowań w celu stawania się lepszym człowiekiem. Nasza rozmowa wewnętrzna determinuje stosunek do siebie i do innych ludzi. Jeśli chcemy zmieniać na lepsze swoje życie, musimy to zacząć robić świadomie oraz natychmiast, bez ociągania się, a także podchodzić do tego z pasją i determinacją. W przeciwnym razie będziemy takim człowiekiem jakim jesteśmy, albo jeszcze gorszym, na zasadzie powiedzenia, że „Kto stoi w miejscu, ten się cofa”. Trzeba także pamiętać, że zarządzania samym sobą nie nauczymy się w żadnej szkole i uczelni. Sami musimy podjąć w tym zakresie świadome oraz konkretne zobowiązania i sami musimy je realizować, zaczynając od siebie.

Zarządzanie samym sobą powinno zaczynać się od przemiany wewnętrznej, prowadzącej do stawania się lepszym człowiekiem, bardziej sprawnym fizycznie, umysłowo i duchowo. Taka zmiana osobowości od wewnątrz, powinna mieć dalekosiężne skutki, przede wszystkim w rozpoznaniu swoich atutów, a także w uwalnianiu się od lęków, kompleksów, złych zachowań i nawyków oraz niskiej samooceny. Ale aby to osiągnąć, trzeba pozbyć się złych nawyków oraz zdjąć z siebie „maskę”, czyli zespół niewłaściwych zachowań i pozorów, w jakie się nieraz stroimy i w jakie nas ubierają. Wymaga to często pójścia pod prąd, nie dla

wyróżnienia się, ale z wewnętrznej potrzeby i wewnętrznego nakazu stawania się lepszym człowiekiem.

Trzeba ciągle wsłuchiwać się w siebie, aby obiektywnie dostrzegać to, co dla nas i dla innych jest dobre, ale także to, co jest w nas złe i niewłaściwe. Trzeba to wszystko dobrze posegregować i uporządkować, ponieważ dużo zła rodzi się ze źle zorganizowanego życia wewnętrznego. Jest to warunek pierwotny lepszego zarządzania samym sobą.

Nośnikiem lepszego życia są zmiany w sposobie zarządzania samym sobą. Jeśli chcemy coś zmienić w domu, w rodzinie, w pracy, w szkole, w swoim sposobie odżywiania, stylu życia, itd., musimy zawsze zaczynać od siebie. Pomocą w tym zakresie powinny być zmiany w sposobie zarządzania sobą. Musimy zostać swoim osobistym menedżerem.

Gdyby w największym skrócie, jeszcze lepiej zinterpretować zarządzanie samym sobą, moglibyśmy powiedzieć, że jest to konsekwentny proces samorealizacji, polegający na zmienianiu na lepsze swoich zachowań, złych nałogów i przyzwyczajzeń w celu stawania się człowiekiem bardziej skutecznym i użytecznym. Aby zaszły w nas takie zmiany, potrzebna jest ciągła świadoma i uważna praca nad sobą w wielu obszarach życia. Jeżeli będziemy to robić systematycznie i wytrwale oraz „wejdzie nam to w krew”, to nawet nie zauważymy wysiłku, który w to wkładamy. Będzie to nasz nowy, ale całkiem zwyczajny styl życia w obszarze lepszych zachowań i czynienia naszego życia, bliższym doskonałości. Dlatego nie bójmy się przygody intelektualnej i wysiłków skierowanych w tym kierunku. Skala efektów i korzyści w tym zakresie będzie, po pewnym czasie wielokrotnie przekraczała nasze nakłady pracy, poświęcenia i rzekome wyrzeczenia. Warto to robić w celu uczynienia naszego życia lepszym i bardziej pożytecznym dla siebie oraz dla innych ludzi.

W zarządzaniu samym sobą trzeba cieszyć się swoją samowystarczalnością, niezależnością i samodzielnością. W wielu przypadkach jest to konieczne, ponieważ nieraz nawet w łatwych sprawach, zbyt często oczekujemy pomocy ze strony innych osób. Mądre zarządzanie sobą wyraża się wiarą we własne siły oraz przekonaniem o swojej wewnętrznej mocy. Korzystanie z pomocy innych powinno się odbywać tylko w sytuacjach nadzwyczajnych i absolutnie koniecznych. Nie wyklucza to jednak oferowania swojej pomocy innym, kiedy na to liczą i kiedy tego potrzebują.

Podmiotem w zarządzaniu samym sobą jesteśmy, wbrew pozorom nie tylko my sami, ale również nasi najbliżsi, do których nasze czyny i działania powinny być skierowane. Stajemy się lepsi po to, aby ochoczo spełniać oczekiwania i potrzeby całego otoczenia, a zwłaszcza najbliższych. Nie wystarczy tylko mówić pustych słów, że ich kochamy, ale trzeba to robić wręcz codziennie, stosując zawsze i wszędzie podstawową regułę sukcesu jaką jest „Zasada - Obowiązki Plus”. Odpowiada ona przykazaniu „Kochaj bliźniego, jak siebie samego”, a nawet bardziej. Oznacza to, że należy zawsze dawać z siebie o wiele więcej niż oczekują

## Zarządzanie samym ...

tego od nas inni. Dotyczy to zarówno naszych najbliższych, jak i całego otoczenia społeczno - gospodarczego, w którym funkcjonujemy.

Zarządzanie samym sobą czerpie z zarządzania w ogóle, pewną logiczną kolejność myślenia i działania, która powinna mieć miejsce w każdym racjonalnym zarządzaniu. Porządkuje ona nasze myślenie oraz działania według czterech podstawowych funkcji zarządzania takich jak kolejno:

- planowanie wszelkich działań oraz podejmowanie w tym zakresie racjonalnych decyzji,
- organizowanie niezbędnych środków i narzędzi, potrzebnych do ich realizacji,
- motywowanie i mobilizowanie siebie oraz innych do realizacji zaplanowanych zadań,
- kontrolowanie i nadzorowanie przebiegu oraz stopnia realizacji tych działań.

**Przedstawione** cztery kardynalne funkcje zarządzania są uniwersalne i we wszystkich przypadkach takie same. Dotyczy to zarówno zarządzania organizacjami oraz różnymi zespołami ludzkimi, jak i zarządzania samym sobą, a nawet swoją rodziną. Nieco inne są w zarządzaniu samym sobą tylko zasoby. W przypadku firmy są to zasoby ludzkie, majątek trwały, obrotowy ( w tym finansowy) i informacyjny, a w odniesieniu do samego siebie trzeba dobrze zarządzać takimi cennymi zasobami jak : własne zdrowie, wiedza, inteligencja, talenty, finanse, różne dobra materialne, a także ( o dziwo !?) własna rodzina. Widzimy, że znajomość zarządzania jest potrzebna, a nawet konieczna w celu osiągnięcia odpowiednio, sukcesu biznesowego, bądź osobistego. Chodzi w tych wszystkich obszarach o stosowanie racjonalnego zarządzania tymi zasobami. Pragniemy jeszcze raz podkreślić, że polega ono na tym, że najpierw trzeba nauczyć się zarządzania samym sobą po to, aby potem dobrze zarządzać innymi zasobami w swoich firmach, a także we własnej rodzinie. Syntetyczną filozofię systemu zarządzania samym sobą prezentuje Tabela nr 1.

FUNKCJE ZARZĄDZANIA \ ZASOBY OSOBISTE	PLANOWANIE I PODEJMOWANIE DECYZJI	ORGANIZOWANIE	MOTYWOWANIE	KONTROLOWANIE
1. ZDROWIE				
2. WIEDZA				
3. INTELIGENCJA				
4. TALENTY				
5. FINANSE				
6. DOBRA MATERIALNE				
7. WŁASNA RODZINA				

**Tabela nr 1.** Syntetyczna filozofia systemu zarządzania swoimi zasobami

Przedstawiona na Rysunku 1 macierz wymaga indywidualnego wypełnienia i realizacji w obszarze wszystkich 4 funkcji zarządzania zasobami osobistymi.



Reasumując rozważania na temat zarządzania samym sobą warto także przytoczyć w tym zakresie pewne wskazówki Petera Druckera, który zwrócił dodatkowo uwagę na potrzebę (Harvard Business School Press, 2006; Blanchard, 2018):

- określenia istotnych wartości wynikających z wizji całego życia, skoncentrowanych perfekcyjnie w postaci misji życiowej,
- rozpoznania, możliwie wcześnie, mocnych stron swojej osobowości ( chociażby na podstawie informacji zwrotnych uzyskiwanych od wielu różnych osób), aby je potem konsekwentnie doskonalić,
- wypracowania swojego stylu i metod pracy bezustannie i świadomie stosowanych oraz doskonalonych w procesie realizacji swojej misji.

#### **4. Misja życiowa jako drogowskaz w procesie zarządzania samym sobą**

Ktoś powiedział, że życie bez celu jest życiem bez sensu, niezależnie od tego kim jesteśmy i w co wierzymy. Gdyby zadać ludziom pytanie: „Jaki jest twój cel w życiu?” nie otrzymalibyśmy zapewne żadnej odpowiedzi, albo spotkalibyśmy się z zaskoczeniem graniczącym ze zdziwieniem. W najlepszym przypadku moglibyśmy otrzymać banalne odpowiedzi w rodzaju: „Moim celem życiowym jest: szczęście”, lub „Chcę być bogaty, mieć zgodną rodzinę, dobrą pracę, odchudzić się, zwiedzić świat”, itp.

Pytanie o cel w życiu lepiej sformułować w postaci sugestywnego problemu dotyczącego przyszłości w rodzaju: „Co konkretnego chciałbym w życiu osiągnąć?” lub „Co jest moim przeznaczeniem, powołaniem i posłannictwem?”, albo jeszcze prościej - „Co ja mam tutaj w życiu do zrobienia?” Świadoma odpowiedź na takie pytania nie jest łatwa i wymaga dłuższego zastanowienia (Bieniok, 2021).

W procesie konstruowania misji życiowej warto, możliwie wcześnie dokonać swego bilansu potencjalnych korzyści z jej osiągnięcia w stosunku do wszystkich ewentualnych przeszkód, wyrzeczeń i ograniczeń. Gdyby okazało się, że suma poświęceń i trudności jest większa od potencjalnych korzyści, warto przepracować sformułowanie swojej misji. Najczęściej jednak wyolbrzymiamy i przeceniamy trudności, których się boimy. W rzeczywistości skala potencjalnych korzyści jest zwykle wielokrotnie większa od nakładów pracy i wyrzeczeń.

Misja życiowa powinna charakteryzować się następującymi cechami. Musi być:

- konkretna, chwalebna i użyteczna dla nas i otoczenia oraz zapisana w postaci krótkiego zdania twierdzącego ( w kilku słowach),

## Zarządzanie samym ...

- sformułowana możliwie na całe życie,
- wyrażać nasze osobiste oraz głębokie pragnienia i ambicje,
- możliwie wymierna w jakimś wymiarze fizycznym lub wartościowym,
- ewentualnie podzielona na etapy warunkujące jej osiągnięcie,
- zgodna, to znaczy nie powinna kolidować z najbliższym otoczeniem,
- mieć konkretny termin rozpoczęcia jej realizacji (najlepiej od razu, bez odwlekania i odkładania tego na potem).

Musimy zdawać sobie sprawę z tego, że chwalebny cel życia jest naszą misją, czyli jakby rodzajem gwiazdy polarnej, na którą powinna być nakierowana cała nasza dalsza działalność. Nasza misja ma nas inspirować do działania przez całe życie. Ma być rodzajem drogowskazu wyznaczającym trwale wartości i kierunek naszej działalności. Misja wpływa na nasz system wartości, myślenie, pragnienia, postawy i zachowania. Aby sobie odpowiedzieć na to, wyjątkowo ważne pytanie, trzeba znaleźć trochę czasu i spokojne miejsce, gdzie moglibyśmy krótko ( 3 - 5 słów) zapisywać na kartce wszystko, co w tej sprawie wymyślimy.

Precyzując cele życiowe oraz misję, dobrze jest formułować określenia kończące zdanie: „Istnieję po to, aby...” Odpowiedzi mogą dotyczyć różnych spraw, a zwłaszcza kolejno: samego siebie, swojej rodziny i swojej firmy. Musi być w każdej z tych spraw zawsze kilka wielokrotnie przemyślanych, konkretnych słów i określeń ( bez zbędnego rozpisywania się). Musimy jednak pozbyć się egoizmu polegającego na realizacji jedynie takich działań, które są natychmiastowe lub przynoszą korzyści tylko nam samym.

Dobrze sformułowana misja życiowa powinna być generalnym przesłaniem kształtującym zarządzanie samym sobą we wszystkich obszarach naszego życia (Bieniok, 2021). Taką misję należy potem „rozpisać” na konkretne cele i zadania szczegółowe realizowane w ramach zarządzania samym sobą. Warto ją także zapisać grubymi literami w miejscu najczęściej przez nas odwiedzanym, tak aby nigdy nie schodziła z naszego pola widzenia.

## 5. Podsumowanie

Można z dużym prawdopodobieństwem stwierdzić, że obserwując zachowania zwłaszcza dzisiejszej młodzieży, zarządzanie samym sobą pozostawia jeszcze wiele do życzenia. Wymaga to znacznego przewartościowania systemów nauczania nie tylko na studiach wyższych, ale także na wszystkich niższych poziomach nauczania.

Przedstawiony w opracowaniu test jakości zarządzania samym sobą może zostać także wykorzystany przez Czytelników oraz wszelkiego rodzaju menedżerów. W razie słabszych

wyników, powinien ich zainspirować do zmiany co najmniej niektórych dotychczasowych zachowań.

Wyrywkowe tylko sondażowe badania dowodzą, że zarządzanie samym sobą jest pierwotnym warunkiem sine qua non sprawnego zarządzania nie tylko w osobistych obszarach swojego życia wyszczególnionych w Tabeli nr 1, ale także zarządzania jakimkolwiek biznesem. Bez uprzedniego nauczania się oraz realizowania przynajmniej niektórych działań w przedstawionych obszarach, nie jest możliwy sukces w jakiegokolwiek dziedzinie życia osobistego, a także szerszej działalności zawodowej. Mówiąc bardziej syntetycznie można stwierdzić, że „Kto nie potrafi zarządzać samym sobą, nie będzie sprawnie zarządzał niczym innym” (Bieniok, 2021).

## **Bibliografia**

1. Bieniok, H., (2016). *Zarządzanie biznesem i samym sobą*. Warszawa: Difin.
2. Bieniok, H., (2019). *Podstawy przedsiębiorczości osobistej*. Katowice: KOS.
3. Bieniok, H., (2021). *Zarządzanie samym sobą*. Katowice: KOS.
4. Blanchard, K., Fowler, S., Hawkins, L., (2018). *Jednominutowy menedżer*. Gliwice: Onepress.
5. Drucker, P., (2005). Managing Oneself. Harvard Business Review, Available online <https://hbr.org/2005/01/managing-oneself>
6. Harvard Business Review (2006). *Zarządzanie samym sobą*. Gliwice: Onepress.