



## Планування

У часи викликів та випробувань – як у мандрівці літаком, ми проходимо крізь «турбулентності» життя. І якщо дозволимо собі рухатися без плану, то мов у подорожі без карти – можемо опинитися невідомо де. Водночас, у часи випробувань, як ніколи необхідно бути гнучкими з плануванням, бо все швидко змінюється і вміння гнучко і швидко перепланувувати – це основа ефективної навігації! Пам'ятаймо, цінності визначають напрямок і спосіб руху, цілі – позначають точки на карті, а плани – то наш вибір оптимального маршруту!

### Вказівки:

1. Зробіть звичку планувати: день, тиждень, місяць і т.д. Виділяйте час на планування і перегляд плану. Не забувайте теж про стратегічне довготермінове планування нашого життя – усі наші короткотермінові плани є частиною більшого плану, і час випробувань не скасовує важливості погляду в далечінь попри усі невизначеності майбутнього.
2. Плануйте по кожній важливій сфері життя (робота, сім'я, турбота про себе і т.д.). Плануйте по важливих цілях, напрямках, проблемах. І при плануванні завжди звіряйтеся з цінностями – вони як компас показують напрям і спосіб руху, нагадують про те, що найважливіше і заради чого усі наші плани.
3. Коли ви вибрали конкретну ціль чи завдання, які треба запланувати – спробуйте проаналізувати різні способи досягнення – зважте їх переваги й недоліки – і тоді оберіть оптимальний маршрут, ваш «план А». Розпишіть кроки-етапи, пов'яжіть їх з часовими термінами. Подумайте, які ресурси і яка підтримка можуть бути потрібні. Спробуйте теж передбачити можливі проблеми і способи їх вирішення чи запобігання їм. Спробуйте продумати можливі сценарії, за яких план може не спрацювати – і тоді як цьому протидіяти. А ще – запасні варіанти: «план В», «план С» і т.д.
4. Коли починаєте рух по маршруту – налаштуйтеся перед стартом. Уявіть дорогу і те, як ви хочете її пройти. Пам'ятайте, важливо не лише рухатися до цілі, у багатьох сферах ціллю є теж просто те, як ви намагаєтеся робити кожен крок на своїй дорозі, як ставитися до людей і обставин...
5. В добру путь! Втілюйте план – звіряйте, як іде ваша подорож - і при потребі модифікуйте, змінійте, адаптуйте плани і переплануйте маршрути. Які би не були перешкоди – спробуйте виробити у собі таку ж саму стійкість як у автонавігатора і готовність «перепланувувати», адже в будь-яких обставинах у нас є дорога, є вибір жити і творити життя згідно з нашими цінностями!

### Примітки:

- Зовсім не усе в житті треба планувати – є багато сфер і простору, де найкращий план – це бути готовим імпровізувати та «грати без нот»!
- Важливо не бути засліпленими нашими планами і необхідністю рухатися до цілей. Рухаючись до важливих цілей, важливо теж не розминутися з життям, бачити красу, людей, відповідати на потреби миті – тож будьте готові зупинитися і ставити плани на паузу, коли теперішня мить потребує іншої відповіді...

**Ціллю дороги є не обов'язково досягнення точки призначення, а й сама дорога — робити кожен крок у правді, кожен крок з любов'ю і відкритістю...**