



۵ قانون مهم هدف‌گذاری

["message_box text_color="light]

خطرناک‌ترین چیز برای انسان این نیست که هدفش بسیار بزرگ باشد؛ بلکه این است که هدفش بسیار کوچک باشد و به آن دست پیدا کند! «میکل آنژ»

[message_box/]

هدفمند زندگی کردن نیز یک مدل ذهنی است که بر زندگی و کسب‌وکار تاثیر عمیقی دارد. هدف‌گذاری کمک می‌کند شما کارهای مهم و باارزش را از کارهای بی‌ارزش و وقت تلف‌کن متمایز کنید. هدف‌گذاری در شما ایجاد انگیزه می‌کند و با ارتقای اعتماد به نفس در کارهای ضروری رسیدن به اهداف سرعت و دقت لازم را به دست آورید. اگر هدف نداشته باشید باید با رویاهایتان بخوابید و هرگز واقعی شدن رویاهایتان را نخواهید دید. برای کسی که نمی‌داند به کجا می‌خواهد برود، باد موافق وجود ندارد.

اصول هدف‌گذاری

همه انسان‌ها در زندگی خود آرزوها و اهدافی دارند. زندگی بدون هدف فاجعه‌ای بیش نیست. اهداف شما در زندگی و کسب‌وکارتان قلب مدیریت زمان است. مهم‌ترین ارزش‌های هر فردی می‌تواند خانواده، کسب‌وکار، مال، روابط یا خود فرد باشد. برای رسیدن به هر یک از این ارزش‌های مهم باید هدف داشته باشید. داشتن اهداف، رویاهای شما را عملی می‌کند. هدف‌گذاری به شما یک دید کلی از مسیرتان برای تبدیل آرزوها به واقعیت می‌دهد. با هدف‌گذاری منابع خود را شناسایی می‌کنید و با اراده کافی به آنچه می‌خواهید می‌رسید و هیچ‌چیز نمی‌تواند مانع رسیدن شما به موفقیت شود.

پنج قانون مهم هدف‌گذاری

هدف‌گذاری نه‌تنها مسیر حرکت شما به سمت رسیدن خواسته‌هایتان را نشان می‌دهد؛ بلکه معیاری است که به شما نشان می‌دهد آیا واقعا موفق هستید. برای رسیدن به اهداف باید از چگونه نوشتن و هدف‌گذاری آگاه باشید. هدف‌گذاری یک فرایند است که با دقتا چه چیزی می‌خواهید شروع می‌شود و با کار و تلاش جدی به نتیجه می‌رسد. برای این منظور ۵ ویژگی هدف‌گذاری را باید بیاموزید.

۱. هدف‌گذاری باید به شما انگیزه بدهد

انگیزه، کلید مهمی برای دستیابی به اهداف است، پس اهداف انگیزشی مدنظرتان باشد. هدف‌هایی را در نظر بگیرید که اولویت‌های فوق‌العاده مهم شما در زندگی هستند. این اهداف مهم خودبه‌خود تعهد شما را برای رسیدن به مقصد تضمین می‌کند و شما را ملزم به انجام کارهای مربوطه در این مسیر می‌کند. برای اطمینان از اینکه هدف شما انگیزه لازم را در ذهن شما ایجاد می‌کند، میزان ارزش و تاثیر رسیدن به هدف‌تان را بنویسید.

آرتور شوپنهار چنین می‌گوید: هدف یک انسان با استعداد چیزی است که دیگران نمی‌توانند به آن برسند، هدف یک نابغه چیزی است که دیگران نمی‌توانند ببینند! به‌جای اینکه سطح اهدافتان را کاهش دهید سطح تلاش و پشتکارتان را افزایش دهید. هرگز به کم قانع نشوید چراکه هرآنچه در ذهن شما بگذرد قابل دستیابی است به شرط باور و تلاش کردن.

۲. استراتژی هدف‌گذاری هوشمندانه

استراتژی به معنی تصمیم‌گیری و انتخاب بر اساس الگوی خاص است. واقعیت این است اهدافی که هوشمند طراحی شده باشند، دارای قدرت لازم هستند و نتیجه‌بخش می‌شوند.

۵ ویژگی اهداف هوشمند عبارت‌اند از:

۱. مشخص هستند؛ یعنی اینکه بدانیم دقیقاً چه چیزی می‌خواهیم و قرار است به چه هدفی برسیم.
۲. قابل اندازه‌گیری هستند؛ اندازه‌گیری معیاری را نشان می‌دهد که میزان نزدیک شدن ما به اهداف است.
۳. دست‌یافتنی هستند؛ یعنی اهدافی که امکان دستیابی داشته باشند.
۴. مرتبط هستند؛ اهداف با زندگی و حرفه شما باید مرتبط باشد.
۵. زمان‌بندی داشته باشد؛ بدون تعیین زمان هیچ ضرورتی برای شما به وجود نمی‌آید.

۳. نوشتن اهداف

برخی مطالعات نشان می‌دهد ۹۷ درصد مردم اهداف خود را مکتوب نمی‌کنند. نوشتن اهداف نوعی بیانیه محسوب می‌شود و شما را مجاب می‌کند تا در چهارچوب اهداف به وضوح نوشته خود گام بردارید. نوشتن اهداف به شما اشتیاق و قدرت زیادی برای رسیدن به اهداف می‌دهد. وقتی می‌نویسید مغز شما، بهترین و کوتاه‌ترین مسیر رسیدن به اهداف را مشخص می‌کند. نکته مهم و حائز اهمیت در نوشتن بیانیه

اهداف این است که از جملات مثبت استفاده کنید. اهداف نوشته شده خود را در مکان‌هایی قرار دهید که قابل مشاهده باشند، تا هر روز اهدافتان را مشاهده کنید. این روش یادآوری به خودتان است.

۴. تهیه برنامه اجرایی

پس از نوشتن بیانیه اهداف شغلی و زندگی خود برای تثبیت آن نیاز به تهیه برنامه اجرایی و عملیاتی دارید. بر اساس برنامه تهیه‌شده، گام‌به‌گام با دید وسیع‌تری به اهداف برسید. متأسفانه اغلب اهداف به دلیل نداشتن برنامه اجرایی دچار فراموشی و نابودی می‌شوند.

۵. بازبینی و کنترل اهداف

مطمئن شوید اهدافی که انتخاب کرده‌اید هنوز واقعی هستند. آیا هنوز به‌روز و مناسب شما هستند؟ در سازمان‌ها، کارمندان شما بخشی از فعالیت‌های منطبق بر اهداف سازمان را برعهده گرفته‌اند. شما باید بررسی کنید که آیا آن‌ها توان انجام کارها را دارند. توجه داشته باشید هدف‌گذاری یک ابزار نیست، بلکه یک فعالیت پیوسته است. هم‌زمان با پیشرفت به سمت اهداف خود، به‌طور منظم در فواصل زمانی مشخص اهداف خود را مرور کنید.

تعیین اهداف و نوشتن آن‌ها مزایای فوق‌العاده‌ای دارد. مهم‌ترین فایده هدف‌گذاری این است که شخصیت شما را به‌کلی دگرگون می‌کند. تعیین نوشتن اهداف، شما را به فکر وامی‌دارد، به اینکه چه کاری باید انجام دهید و چه کاری نباید انجام دهید. این شخصیت هدفمند به شما جهت می‌دهد تا در مسیر رشد و بهبود قرار بگیرید.

["message_box text_color="light]

منبع: کتاب «عقربه‌های طلایی»

نویسنده: فرزاد عالی‌نسب

ناشر: فوژان

[message_box/]

