

Поставяне на цели

Регионален Лайънс лидерски институт

Цели на сесията

В края на тази сесия участниците ще могат да:

- Да осъзнаят значението на поставянето на цели
- Определят характеристиките на формулировка на ефективна цел
- Да поставят и приоритизират цели
- Разработват план за действие за постигане на целите

Като си поставяте цели, можете да:

Използвайте отговорите си по-долу за самоанализ

Постигнете повече

Изследванията показват, че хората с високи постижения постоянно си поставят цели. Поемането на ангажимент за постигане на дадена цел повишава личната мотивация за нейното постигане.

Какво бихте искали да постигнете?

Бъдете успешни

Като решите какво е важно за вас и какво искате да постигнете в живота, вие очертавате пътя си към успеха.

Как определяте успеха?

Повишаване на увереността

Последователното постигане на целите повишава самочувствието ви и ви прави по-уверени в способностите ви.

Къде ви липсва увереност?

Имате ясна насока

Целите ви позволяват да концентрирате усилията си в определена посока, а не да се движите безцелно.

В каква посока искате да се развивате?

Намаляване на стреса

Хората, които си поставят цели, имат по-добро усещане за контрол върху живота си. Те са склонни да се тревожат по-малко и да постигат повече.

Коя е най-честата точка на стрес за вас?

Истории на успеха

Мери Кей Аш

Започва кариерата си в сферата на продажбите, като изписва седмични цели със сапун на огледалото в банята си.

Нейната компания Mary Kay Inc. днес е един от най-големите директни търговци на козметични продукти и продукти за грижа за кожата в света.

Ичиро Сузуки

Постигнал е повече от всеки друг бейзболист в историята на Япония.

Той е и първият играч в американската бейзболна лига, който има 200 хита във всеки от първите си четири сезона.

Психическият подход на Ичиро към играта е в основата на неговия успех. "Познавайте чувствата си, знайте целите си и се придържайте към тях", заявява Ичиро, който си поставя както лични, така и професионални цели.

Алберт Айнщайн

Не проговаря до тригодишна възраст, изключително срамежлив е и се развива бавно като малко дете. Въпреки това Айнщайн си поставя за цел да стане учител по математика и физика и учи сам вкъщи след училище.

thТой далеч надминава целта си, получава Нобелова награда за физика за 1921 г. и обикновено е смятан за един от най-великите учени на 20 век.

Ефективни цели

✓	Конкретни	<p>Конкретната цел има много по-голям шанс да бъде постигната, отколкото общо формулираната цел.</p> <p>Ще се съсредоточите по-добре, ако целта ви е ясна.</p>
✓	Измерими	<p>Когато измервате напредъка си, вие се придържате към правилния път, постигате целевите си дати и изпитвате радост от постижението, което ви стимулира да полагате непрекъснати усилия, необходими за постигане на целта.</p> <p>Ако не можете да го измерите, не можете да го управлявате.</p>
✓	Подходящи за действие и изпълнение	<p>Уверете се, че имате някакъв контрол върху постигането на целта си. Ако не можете да направите нищо, няма да успеете.</p>
✓	Реалистични	<p>Целите трябва да са предизвикателни, но не толкова, че да няма шанс да бъдат постигнати.</p>
✓	Обвързани с времето	<p>Определете времева рамка за целта: следващата седмица, след три месеца, до края на годината.</p> <p>Поставянето на крайна точка на целта ви дава ясна цел, към която да се стремите.</p>

Какви са целите ви като Lion?

Какво включва моята ръководна роля?

Как мога да помогна на моята общност?

Какво очаквам от себе си?

Как мога да помогна на клуба си?

Какво трябва да постигна като ръководител на екип?

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

Поставяне на цели и приоритети

Определете целите си. Определете си приоритети. Напишете планове за постигане на целите си. Бъдете разумни и не се опитвайте да постигнете всичко за един ден.

Разгледайте целите си от гледна точка на приоритетите:

- Колко спешно е това?
- Колко важно е това?
- Колко често трябва да се прави?
- Трябва ли някой друг (или група) да го направи?
- Влиза ли тази цел в обхвата на моята отговорност?
- Какво ще се случи, ако тази цел не бъде постигната?

Разпределете целите си в категории. ✓Проверете () степента на важност:

ЦЕЛ	"Трябва да се направи задължително"	"Би било добре да се направи"	"Може да се направи"
1.	_____	_____	_____
2.	_____	_____	_____
3.	_____	_____	_____
4.	_____	_____	_____
5.	_____	_____	_____

Работен лист за процеса на планиране

Цел _____

Задачи	Трудности/пречки	Възможни решения
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
Необходими ресурси (хора)	Необходими ресурси (материали)	
1.	1.	
2.	2.	
3.	3.	
4.	4.	
5.	5.	
6.	6.	
7.	7.	

Работен лист за план за действие

КАКВО? ЦЕЛ _____

КАК? (Стъпки за действие)	КОГА? (Краен срок за изпълнение)	КОЙ? (Лице, отговорно за действието)	КАК ЩЕ РАЗБЕРЕМ? (Как ще разберем, че стъпката за действие е изпълнена)

Забележки: