

Jak stawiać sobie cele życiowe i zawodowe?

*„Na żadnej stacji świata nie kupisz biletu do miejscowości GDZIEKOLWIEK. W żadnym sklepie nie dostaniesz towaru, który się nazywa COKOLWIEK. Ale jeśli chcesz pojechać GDZIEKOLWIEK („wsiąść do pociągu byle jakiego...”), dojedziesz gdzieś tam na pewno, tylko nie możesz mieć pretensji do nikogo, że to nie jest TAM, gdzie chciałeś! Wybór jak zwykle należy do ciebie. Ponoszenie konsekwencji – także!”*

Dryfowanie grozi zbłądzeniem, wpadnięciem na mieliznę lub roztrzaskaniem się. Oddanie steru w ręce innych – to również nic dobrego.

Jak mamy osiągnąć coś, czego nie postanowiliśmy?

Aby nie błądzić po omacku, trzeba wyznaczyć sobie cel „podroży”. Nie jedna droga do niego prowadzi i wystarczająco dużo decyzji dotyczących trasy i rozkładu jazdy będziemy mieli do podjęcia. Tutaj niezbędne są cele i zaplanowanie drogi do ich osiągnięcia. Życie nie raz nas zaskoczy, ale to nie znaczy, że jesteśmy bezwolni i nie mamy wpływu na to, co się z nami dzieje, jak to odbieramy, co z tym robimy. Los podsuwa nam różne okazje. Od nas zależy które z nich wykorzystamy i jak to zrobimy.

Zastanówmy się chwilę nad stawianiem celów:

1. Czy wszyscy ludzie realizują takie same cele?  
Nikt za Ciebie tego nie zrobi. Sam musisz wiedzieć czego pragniesz i co chcesz osiągnąć.
2. Czy wszystkim ludziom udaje się zrealizować ich cele?  
Nie wszystkim, to oczywiste. Warto jednak się starać i uczyć robić to jak najskuteczniej. Każda podjęta próba to lekcja – krok w kierunku realizacji tego lub kolejnego celu. Porażka nie powinna nas zniechęcać, a podpowiedzieć jak zmienić strategię.
3. Dlaczego części ludzi udaje się zrealizować postawione cele, a części nie?  
Nie każdy posiada umiejętności pomagające obmyślić odpowiednią strategię działania. Nie każdy ma w sobie wystarczająco dużo determinacji, odwagi, siły w pokonywaniu trudności. Przy silnej motywacji i odpowiednim przygotowaniu, realizacja celu staje się łatwiejsza, przyjemniejsza i bardziej efektywna. Mają Wam w tym pomoc artykuły i mini-kursy „Od marzenia do sukcesu”.
4. Czy Tobie udało się kiedyś zrealizować cel, który sobie postawiłeś?  
Na pewno! Może nie stawiałeś sobie celu tak świadomie i krok po kroku według „przepisu”, który za chwilę omówimy, ale z pewnością o czymś marzyłeś i udało Ci się to osiągnąć. Może to były drobne sprawy, a może wielkie przedsięwzięcia...
5. Czy jest taki cel, którego nie udało Ci się zrealizować?  
Prawdopodobnie tak. Warto się zastanowić dlaczego tak się stało. Może aż tak Ci na tym nie zależało? Może pojawiły się czynniki zewnętrzne, na które nie miałeś wpływu? Może zabrakło Ci determinacji w poszukiwaniu innych dróg realizacji tego celu? Przyczyn może być wiele. My postaramy się przedstawić Ci taką strategię, która pozwoli Ci przygotować się na trudności i wzbudzić w Tobie ogromną motywację do realizacji Twoich marzeń.
6. Czy masz taki cel, o którym myślisz, ale nie zaczynasz go realizować?  
Najprawdopodobniej tak jest. Jeśli w tej chwili nic nie przychodzi Ci do głowy, Czy przemyślenia przekonały Cię o słuszności stawiania celów? Widzisz już jak bardzo może to pomóc w realizacji Twoich marzeń? To, co zrobisz dziś wpłynie na to, kim będziesz jutro...

Dlatego niezwykle ważne jest długoterminowe planowanie i zdyscyplinowanie w dążeniu do postawionych sobie celów. Jeśli wzbudzimy w sobie w ten sposób motywację wewnętrzną, samo działanie będzie dla nas ważne i nagradzające.

Zapisanie celów pomoże:

- szybciej i sprawniej osiągniesz swoje cele,
- zaoszczędzisz sporo czasu,
- lepiej się zmotywujesz,
- rozeznasz się we własnych celach i działaniach, jaki powinieneś podjąć,
- zredukujesz stres,
- ustalisz priorytety,
- utrwalisz w pamięci niezbędne informacje.

Co zrobić i jak, aby sformułować cel oraz odważnie i mądrze go realizować?

Oto kilka porad na sam początek:

1. Poświęć wystarczająco dużo czasu na wybór odpowiednich dla siebie celów.
2. Zanim podejmiesz ostateczną decyzję, poeksperymentuj z różnymi opcjami.
3. Zdobądź potrzebne Ci informacje, zanim podejmiesz ostateczną decyzję.
4. Weź pod uwagę rady mądrych ludzi.
5. Zasięgnij rady innych, którzy przeszli już tę samą drogę.
6. Przyjrzyj się faktom z różnych punktów widzenia.
7. Bądź wierny sam sobie. Możesz podejmować decyzje niezależnie i samodzielnie.
8. Weź odpowiedzialność za własne decyzje i działania.
9. Nie działaj na szkodę innych.
10. Wzbudź w sobie odwagę i siłę do realizacji celu.

Nie dryfuj tylko postaw sobie cele! Powodzenia!