

كيفية تحديد الأهداف!

أولاً يجب أن نعرف ما المقصود بالأهداف! أو الهدف!! الأهداف أو الهدف يصف شيئاً يجب إنجازه وتحقيقه!! أي ما نود الوصول له أو إنجازه.. وبعبارة أخرى الهدف هو حلم محدد. حلم جاهز للتنفيذ. والهدف هو ترجمة لرؤية يسعى الإنسان لتحقيقها على أرض الواقع.. يقول أحد الحكماء (بدون الأهداف يعيش الإنسان حياته متقللاً من مشكلة لأخرى بدلاً من فرصة لأخرى. كما أن الإنسان بدون هدف كالمركب بدون دفة سينتهي الأمر بهما بالاصطدام بالصخور. لا محالة!

أمثلة لأهداف شخصية:

رب أسرة: توفير سكن ملائم للأسرة.

طالب: الحصول على الترتيب الأول على مستوى الدولة.

موظف: الحصول على تقييم أفضل موظف للسنة.

وحتى نصوغ أهدافنا بشكل سليم، يجب أن نتعرف على المواصفات

الحقيقية للأهداف! فليس كل هدف يستحق أن يسمى هدفاً إلا إن كانت

تتطبق عليه هذه المواصفات، من هذه المواصفات:

- واضح ومحدد. -إجرائي أي مرحلي. -أن يكون طموحاً - أن يكون عملياً.

- يناسب تركيبة الشخص النفسية والفكرية - يراعي مستواه الإيماني

والتعليمي والاجتماعي - قابل للتنفيذ وهو الذي يناسب قدرات وإمكانيات

ووضع الشخص.

ونأتي الآن على كيفية تحديد الأهداف!! بداية اطرح هذه التساؤلات على نفسك:

- ماذا أريد بالضبط ؟ إجابتك على هذا السؤال تنقلك إلى خطوات الحل.!
- أنا أريد هذا متى ؟؟ هنا سوف تقوم بالتفكير بعامل الوقت.!
- كيف أصل للذي أنا أريده فعلاً ؟ هنا تبدأ في التفكير في طرق لتحديد الهدف.

- ما الذي أستطيع أن أعمله الآن لكي أصل للذي أنا أريده حقيقة ؟ هنا تكون مستعداً للتعرف على الذي تريده فعلاً..!!

وفيما يلي خطوات عملية مختصرة لتحقيق الأهداف في الحياة:

- ١- خذ ورقة وقلماً واجلس في مكان هادئ وابدأ في كتابة كل أحلامك وطموحاتك بدون قيود وضع كل المعوقات جانباً حتى تستطيع التفكير بحرية.
- ٢- خذ ورقة أخرى واكتب بها نقاط قوتك وكذلك نقاط ضعفك بكل صراحة.
- وصل بينهم وابدأ في تحديد هدفك ما بين نقاط قوتك ونقاط ضعفك بناءً على الأحلام التي تريد تحقيقها.
- ٣- خذ الورق الذي كتبته واستشر شخصاً تثق بقدرته وخبرته في الحياة ويكون ممن يحبونك حتى تستطيع أن تأخذ رأيه في الأهداف التي وضعتها.
- ٤- حول الهدف الذي توصلت إليه إلى أهداف مرحلية.

نصائح عامة:

- اختر هدفاً يستحق العناء المبذول في سبيله.
- اختر هدفاً يمكنك تحقيقه بنفسك.
- اختر هدفاً محدداً قابلاً للقياس والإنجاز، واقعياً ومحدد الوقت.

- ضع هدفك بأسلوب إيجابي.
- ضع هدفك في سياق.
- عبر عن هدفك بكل أحاسيسك وأستشعره.
- قيم آثار تحقيقك لهدفك بأمانة (دائماً راجع أهدافك وقيم نتائجها ولو كانت بسيطة).

وبذلك تكون قد وضعت لك خطة كاملة لتحقيق أهدافك بكل نجاح.
أخيراً: يمكن للآخرين أن يمنعوك من تحقيق أهدافك مؤقتاً ولكنك
الشخص الوحيد القادر على ذلك للأبد!!
وتذكروا....

أهداف متوازنة + تخطيط سليم = حياة سعيدة