

كيف تكون أكثر اتساقاً مع أهدافك

اعداد : كفاية أولير - غرافيك : أحمد عباس

النمو هو السبيل الوحيد لتحقيق أحلامنا ولكن النمو صعب ومؤلم أحياناً. الطريقة الوحيدة لقياس نجاح النمو الخاص بك هو في أن يكون لك أهداف. موقع لايف ستايل يدعوك لاستخدام أهداف قابلة للقياس يساعدك على طول الطريق. فالبيئة والاتساق ضروران لمشاهدة الهدف يؤدي ثماره. على الرغم من أننا كثيراً ما نجد أنفسنا في هذا الوضع، يمكننا اتخاذ خطوات للتغلب على العديد من التحديات التحفيزية التي تراقبها. بغض النظر عن الهدف، ونحن بلا شك ليس الشخص الأول الذي يسعى لتحقيق الأهداف.

1 وداعاً

للمشاريع التي لم تنته من إنجازها والهويات التي لم تكن نصيباً من كل قلبك، غاليوم ستصبح أكثر اتساقاً مع ذاتك.

2 خطط

تضمن استخدام ورزامة لتواريخ تسجيل عليها التاريخ الذي قررت فيه البدء بتحقيق الهدف وتضع لتسلك تاريخاً تحدد فيه موعد تسجيل الهدف.

3 افهم

ضرورة الالتزام بالوقت لتحقيق الهدف مع وضع جدول زمني يتضمن كل التفاصيل الممكنة.

4 ضع

قائمة تسجيل عليها الخطوات التي ستحتاجها للوصول لتحقيق هدفك مع الالتزام بالدقة في ذلك.

5 كافئ

نفسك ببذبة صغيرة على طول طريق تحقيق هدفك فهي ستكون محفزاً لك على طول الطريق.

6 ضع

منبه ساعة ليذكرك بضرورة تخصيص وقت لتحقيق هدفك وبنبهك بضرورة الالتزام بجدولك الزمني.

7 حدد

مسار كل ما تفعله، وحاول إيجاد وسيلة تحدد بينا مسار التقدم الذي نعرزه في تحقيق هدفك.

يتطلب تحقيق الأهداف أن يسير المرء ببذبة وتصميم نحو ذلك الهدف - واتعليقه عليك أن تقول :