

Οι άνθρωποι πετυχαίνουν ακόμα και στόχους που ξεκάθαρα τους ενδιαφέρουν;

Δεν θέλει πολύ σκέψη για να δοθεί σε αυτό το ερώτημα, αρνητική απάντηση. Τελικά, φαίνεται ότι οι άνθρωποι δεν πετυχαίνουν, σε ικανοποιητικό ποσοστό, ακόμα και σ' ότι τους ενδιαφέρει για πολλούς λόγους.



Τρεις από τους σημαντικότερους είναι: 1) δεν έχουν ξεκαθαρίσει τους στόχους τους, 2) εάν έχουν στόχους δεν τους έχουν εκφράσει σωστά και 3) δεν αξιολογούν όσα σκέφτονται και όσα κάνουν σε σχέση με το εάν αυτά τους οδηγούν ή τους απομακρύνουν από τους στόχους τους.

Αυτοί οι τρεις λόγοι που μπορούν να αποδοθούν με τα εξής τρία ερωτήματα *έχω στόχους; έχω εκφράσει σωστά τους στόχους μου; αξιολογώ ό, τι κάνω με βάση τους στόχους μου;* οδηγούν σε αντίστοιχα αδιέξοδα. Ας κατευθύνουμε τη σκέψη μας προς επίλυση αυτών των αδιεξόδων.

Όσον αφορά τον πρώτο λόγο *έχω στόχους;* υπάρχουν άνθρωποι οι οποίοι περνούν όλη τους τη ζωή, χωρίς στόχους, τυχαία. Κάτι τέτοιο δεν είναι απαραίτητα κακό εάν έχει προϋπάρξει αυτή η συγκεκριμένη συνειδητή επιλογή της ηθελημένης ανυπαρξίας στόχων. Όμως είναι αυτό το συνηθέστερο; Το πιο διαδεδομένο είναι ότι οι άνθρωποι τριγύρω μας βρίσκονται συγχυσμένοι σε σχέση με τους στόχους τους, με αποτέλεσμα να μην ενεργοποιούν το σύνολο των δυνάμεων τους προς επίτευξη αυτών.

Πρώτη κατεύθυνση δράσης:

α) Μην κινείστε συνέχεια. Η κερτημένη ταχύτητα αποδεικνύεται κακός σύμβουλος. Φανταστείτε έναν πυροσβέστη που ανεβαίνει με ταχύτητα μια σκάλα που βρίσκεται στη διπλανή πολυκατοικία απ' αυτή που καίγεται. Τι θα συμπεράνατε για την ταχύτητά του και για τον επαγγελματισμό του;

Αφιερώστε δέκα λεπτά την ημέρα, μια ώρα την εβδομάδα, ένα πρωινό το μήνα για να σκεφτείτε τι θέλετε να σας συμβεί.

β) Περιορίστε τις επικοινωνίες σας, ειδικά εκείνες που δεν σας προσθέτουν αξία. Δεν χρειάζεται να είστε «τέρτατα» επικοινωνίας, ούτε το κινητό σας να χτυπάει συνέχεια για να είστε εγγυημένα πετυχημένος-η. Παγώστε το βλέμμα σας πίνοντας π.χ. μόνος-η σας ένα καφέ (δεν χρειάζεται οπωσδήποτε να έχετε παρέα).

γ) «Πονέστε» τους στόχους σας. Είναι σίγουρα δικοί σας; Πόσο συμμετέχουν άλλοι σε αυτούς; Τι θα γίνει αν δεν τους πετύχετε;

Σχετικά με το δεύτερο λόγο *έχω εκφράσει σωστά τους στόχους μου;* παρατηρούνται τα εξής: οι άνθρωποι, γενικά, τους διατυπώνουν λάθος ως αποτέλεσμα λανθασμένης αγωγής που έχουν υποστεί από τις οικογένειές τους και λανθασμένου management που έχουν υποστεί στις όποιες εργασιακές τους εμπειρίες.

Παραδείγματα:

- Η μητέρα λέει: «πρέπει να προσπαθήσεις περισσότερο στα μαθήματά σου»,
- Ο προϊστάμενος λέει: «έχω μεγαλύτερες προσδοκίες από εσένα»-πλήρης ανυπαρξία του *πότε*, του *πως* κ.τ.λ.

Με αυτό τον τρόπο η ανικανότητα μεταφέρεται... Επίσης οι άνθρωποι δεν έχουν μάθει να μετρούν τους στόχους ενώ τους επιδιώκουν και όχι μόνο στο τέλος!

Πρέπει να κατανοηθεί πλήρως ότι το να μετρηθεί προς το τέλος ότι επιδιώκεται δεν έχει νόημα καθώς, συνήθως τότε δεν υπάρχουν περιθώρια βελτίωσης και πραγματικής παρέμβασης σε ότι κακό ενδεχόμενα έχει συμβεί.

Δεύτερη κατεύθυνση δράσης:

α) Χρησιμοποιείτε συχνά τη ρήση του Rudyard Kipling «Έξι είναι οι δούλοι μου πιστοί, μου δώσανε σοφία, το πως, το που και το γιατί, το πότε, ποιος και τι». Δηλαδή ποτέ να μην εκφράζετε στόχους αν δεν υπάρχουν στη διατύπωση τους όσα αναφέρει ο Kipling.

β) Ανεβάστε επίπεδο αυστηρότητας με τον εαυτό σας. Όλοι αγαπάμε αυτό που είμαστε αλλά δεν μπορούμε συνέχεια να «χαϊδευόμαστε». Απαιτήστε από τον εαυτό σας, γίνετε αυστηροί μαζί του, ειδικά στην κρίσιμη περιοχή του «πότε;». Εξασκηθείτε στη φιλοσοφία ότι έχετε δικαίωμα να κάνετε λάθη αλλά και υποχρέωση να προοδεύσετε κατά τρόπο φανερό σ' όλους.

γ) Μετρήστε. Κάντε «σημαία» το ότι το καθετί που μετράτε γίνεται, ενώ σε ότι δεν μετράτε επικρατεί αναρχία και βασιλεύει η τύχη που άλλοτε θα σας ευνοήσει και άλλοτε όχι. Δημιουργήστε προσωπικές στατιστικές για ότι σας ενδιαφέρει να πετύχετε. Εάν το μετρήσετε ο, τι σας αντιστέκεται θα γίνει δικό σας.

Τέλος, ακόμα και όσοι άνθρωποι τα καταφέρνουν αρκετά καλά στα πρώτα δύο ζητήματα (της ύπαρξης και της σωστής διατύπωσης των στόχων) πολύ δύσκολα αποφεύγουν την τρίτη, εξαιρετικά ισχυρή παγίδα, της αξιολόγησης του συνόλου των σκέψεων και των χρονικών δραστηριοτήτων με βάση τους σωστούς και ορθά διατυπωμένους στόχους *πως αξιολογώ;*

Έτσι, οι άνθρωποι δουλεύουν σκληρά αλλά οι στόχοι δεν επιτυγχάνονται καθώς αρνητικές σκέψεις και κατά επέκταση δράσεις, δυναμιτίζουν την κάθε αξιολόγηση προσπάθειας.

Τρίτη κατεύθυνση δράσης:

α) Αναπτύξτε κριτήριο σκέψης, το οποίο σημαίνει το εξής απλό: «Αυτή η σκέψη που μόλις έκανα με βοηθάει ή με απομακρύνει από το στόχο μου;» Εάν με απομακρύνει από το στόχο μου και αφορά θέμα που δεν μπορώ να επηρεάσω (π.χ. μια διαδικασία της εταιρείας που δουλεύω και δυσχεραίνει την εξυπηρέτηση των πελατών μου) σταματώ να σκέφτομαι ότι με βάση αυτή τη διαδικασία δεν θα πετύχω τους στόχους μου και βάζω τα δυνατά μου στις επαφές μου με τους πελάτες αγνοώντας τη διαδικασία και το κακό που αυτή συνεπάγεται. Μετά από μερικές φορές έχω πετύχει η διαδικασία να μη μου δημιουργεί αρνητικές σκέψεις και έτσι ποτέ να μην έχω διάθεση μειωμένης εξυπηρέτησης των πελατών μου (τότε και μόνο τότε, αφού έχω δώσει τον καλύτερο εαυτό μου, μπορώ τεκμηριωμένα να εισηγηθώ και αλλαγή της διαδικασίας (του εμποδίου) στην εταιρεία μου!



β) Αναπτύξτε κριτήριο δράσης. Αρχίστε να λέτε πιο συχνά όχι. Όταν σας καλούν σε κάποια δραστηριότητα κατά τη διάρκεια των παραγωγικών ωρών της ημέρας π.χ. για ένα διάλειμμα που ποτέ δεν είναι σύντομο ή για κάτι που δεν είναι δουλειά σας σκεφτείτε: «Αυτή η δράση με βοηθάει ή με απομακρύνει από το στόχο μου;» Ανεπιφύλακτα αρνείστε εάν σας απομακρύνει.

γ) Θέστε όρια. Κατανοείτε πλήρως ότι αυτό που δέχεστε καθορίζει αυτό που οι άλλοι σκοπεύουν να σας δώσουν. Επαναλάβετε πολλές φορές την τελευταία φράση. Γράψτε αυτή την πρόταση σε ένα φανερό σημείο του γραφείου σας ή όπου αλλού εσείς νομίζετε. Αφού έχετε γίνει αυστηροί με τον εαυτό σας τώρα μπορείτε σιγά-σιγά και τεκμηριωμένα να γίνετε και με τους άλλους.

Άξιζε να ειπωθεί να μην προσπαθήσετε να εφαρμόσετε όλα όσα αναφέρθηκαν, ταυτόχρονα. Ξεκινήστε από ένα, κάτι που σας ταιριάζει και είναι πιο κοντά σ' εσάς. Με έκπληξη θα παρατηρήσετε ότι η σχέση σας με τους στόχους θα καλυτερεύσει άμεσα!

Τέταρτη κατεύθυνση δράσης:

Αφού επιλέξετε να υλοποιήσετε ένα από τα παραπάνω κάντε το με έναν από τους εξής τρόπους:

- **Σπάστε τους στόχους** σας σε πολύ μικρά κομμάτια. Ειδικά στην αρχή χρειάζεστε μικρές νίκες προκειμένου να πάρετε την ενθάρρυνση που χρειάζεστε για να μην εγκαταλείψετε το μεγάλο στόχο. Εάν κυνηγάτε συνολικά έναν μεγάλο στόχο τότε θα έχετε ή μια μεγάλη επιτυχία ή μια μεγάλη αποτυχία.
- **Κυνηγήστε με πάθος** ο, τι έχετε διευκρινίσει ότι σας ενδιαφέρει ακόμα και με την λογική του ενός δεκαπεντάλεπτου. Εάν ασχοληθείτε με έναν στόχο σας έστω και 15 λεπτά την ημέρα, θα έχετε έστω μια πιθανότητα να τον πετύχετε από το να μην ασχοληθείτε καθόλου μ' αυτόν περιμένοντας εκείνη τη μέρα που θα έχετε αρκετό ελεύθερο χρόνο (στην εποχή μας έχουν πάψει να υπάρχουν τέτοιες πολυτέλειες)

Ρωτήστε μας για την πηγή αυτού του άρθρου (info@e-management.gr)