

7 regole per raggiungere (davvero) i tuoi obiettivi

Ognuno di noi ha degli obiettivi.

Dai più piccoli ai più ambiziosi. Dalla vita privata a quella lavorativa.

In pochi, però, sanno come raggiungere gli obiettivi.

La maggior parte delle persone non sa che esistono dei processi e delle tecniche che rendono un obiettivo davvero realizzabile.

Se appartieni a questa categoria, continua a leggere perché in questo articolo troverai un po' di informazioni utili.

Partiamo con il dire che con il termine "obiettivo" si definisce il fine che si vuole ottenere compiendo una determinata azione o una serie di azioni.

A seconda dell'obiettivo, il percorso verso la sua realizzazione può essere più o meno complesso.

Cosa determina realmente la differenza tra un obiettivo realizzato e un obiettivo che non viene raggiunto?

Il segreto sta nel modo con il quale ognuno di noi va a definire il proprio obiettivo e crea il proprio piano d'azione.

In un precedente articolo abbiamo approfondito le regole che, secondo la PNL, vanno a definire un obiettivo ben formato.

Qui condividiamo con te alcuni consigli per raggiungere davvero i tuoi obiettivi.

Raggiungere gli obiettivi: consigli utili

Quali sono i fattori che fanno la differenza nel raggiungimento di un obiettivo?

Siamo partiti da questa domanda per darti una guida pronta all'uso, che ti aiuterà a realizzare tutti gli obiettivi della tua vita.

Vediamo subito i 7 fondamentali e imprescindibili consigli per raggiungere un obiettivo.

1. Definisci l'obiettivo

Il punto di partenza è, ovviamente, la definizione dell'obiettivo stesso, ovvero decidere cosa vuoi ottenere e descriverlo nei dettagli.

L'obiettivo deve essere formulato in maniera specifica e attraverso un linguaggio positivo, in modo che possa prefigurarsi più facilmente come qualcosa di tangibile e realmente raggiungibile all'interno della tua mente.

In più, l'obiettivo deve essere motivante, perché è la motivazione il vero motore di ogni azione da parte degli esseri umani.

2. Determina una data di scadenza

Un obiettivo che non presenta una "scadenza" è destinato a perdersi per la strada e a restare nel cassetto.

Darsi una data entro la quale ci si propone di realizzare un obiettivo, oltre a specificarlo, consente anche una precisa verifica dello stesso.

Inoltre definendo l'arco temporale potrai creare un piano d'azione più efficace.

3. Fai in modo che l'obiettivo sia in linea con i tuoi valori

Ciò in cui credi, ciò che ti definisce come persona, non può essere in contrasto con l'obiettivo che ti sei prefissato.

Ciò che realizzerai deve rispecchiare la tua vera identità e i tuoi valori, altrimenti anche nel momento in cui raggiungerai il tuo obiettivo, sarà sempre una vittoria o una soddisfazione parziale. Valuta in maniera costante se il tuo obiettivo si scontra con alcune delle tue convinzioni ed evita azioni che siano in conflitto con ciò in cui credi, in modo da rendere tutto il processo più funzionale.

4. Prevedi gli effetti su di te e sull'ambiente circostante

Ogni azione ha delle conseguenze che possono riguardare solo te o avere un impatto anche sulle persone che ti circondano.

Per questo motivo, fai in modo di prevedere, per quanto possibile, gli effetti che il tuo obiettivo e il tuo piano d'azione avranno sia nella tua vita personale e lavorativa che in quella degli altri, valutando con attenzione i pro e i contro di tale situazione.

Pensa a ciò che potrebbe accadere durante il percorso che ti porterà a realizzare il tuo obiettivo e alla situazione che si creerà una volta raggiunto.

5. Identifica gli ostacoli

È molto probabile che non vada tutto come previsto e che ci saranno degli ostacoli da superare per raggiungere il tuo obiettivo.

Se sai che qualche fattore esterno può intralciare la tua strada verso il successo, rimuovilo il prima possibile.

Un obiettivo che sia ben formato deve dipendere esclusivamente da te, deve essere sotto il tuo controllo. Se dipende dagli altri o da fattori esterni probabilmente dovrà rivederlo.

6. Credi in te stesso

Abbi fiducia in te, nelle tue capacità e competenze, nei tuoi talenti, nelle risorse che hai a disposizione.

Fai un check delle tue abilità personali, di quelle su cui puoi fare sicuro affidamento e quelle su cui, invece, avresti bisogno di investire tempo ed energie per poter migliorare.

Se non sei tu il primo a credere di potercela fare, stai ben sicuro che non ci sarà nessuno a farlo al posto tuo!

7. Tieni traccia dei tuoi progressi

Per ogni obiettivo crea dei sotto-obiettivi, degli step intermedi più facilmente raggiungibili.

In questo modo avrai la sensazione di star seguendo un percorso e il raggiungimento di piccoli traguardi ti darà la motivazione a continuare.

Tieni traccia di ogni azione e del risultato ottenuto, in modo da valutare con criteri oggettivi sia i progressi fatti, sia ciò che ti sta portando fuori strada ed eventualmente intervenire con gli accorgimenti necessari.

Obiettivi: 2 corsi fondamentali per realizzarli

Seguendo questi consigli fondamentali riuscirai a facilitare notevolmente il percorso che ti porterà a realizzare i tuoi obiettivi.

Ovviamente sono indicazioni che all'atto pratico possono rivelarsi più complicate o che necessitano di un approfondimento per renderle davvero efficaci.

Ecco perché come ultimo consiglio, vogliamo suggerirti due corsi.

Due corsi in cui non solo approfondirai quanto appena detto, ma soprattutto metterai in pratica le tecniche per raggiungere gli obiettivi più grandi della tua vita.

Questi due corsi sono: