

Quarto seminario: Fissare gli obiettivi

Obiettivo: riuscire a definire gli obiettivi in modo efficace e saper formularli.

«Dopo aver perso di vista il nostro traguardo, raddoppiammo gli sforzi.» (Mark Twain)

Che cos'è un obiettivo?

L'obiettivo è la situazione finale auspicata di un'azione (situazione ideale).

Gli obiettivi sono previsioni future per la cui realizzazione voglio intraprendere e intraprendo qualcosa. Altrimenti rimane tutto allo stadio di: intenzione.

Fissare degli obiettivi significa...

- definire concretamente i bisogni esistenti e latenti, gli interessi, i desideri o compiti e formularli in modo preciso e
- orientare le nostre azioni verso questi obiettivi e il loro raggiungimento.
- Fissare degli obiettivi è **un processo permanente** che necessita un controllo costante ed eventuali correzioni.

Obiettivi e misure

Quando **fisso degli obiettivi** rispondo al «**COSA**» indipendentemente dalla soluzione

- Dove voglio arrivare?
- Cosa voglio raggiungere? Cosa voglio evitare?
- A quale situazione finale ambisco?

Quando definisco delle **misure** orientate agli obiettivi descrivo il «**COME**»

- Come le raggiungo?
- Di che tipo di sostegno e di mezzi ho bisogno?
- Cosa devo fare per raggiungere questo obiettivo?

→ Le misure conducono verso l'obiettivo!

I criteri degli obiettivi efficaci

- **Orientato ai risultati:** ogni obiettivo deve descrivere il risultato da raggiungere, senza elencare le azioni (misure) che conducono a questo obiettivo.
- **Controllabile o misurabile:** ogni obiettivo deve rispondere alla domanda «quanto (quantità)?» o «come (qualità)?» I risultati devono essere in ogni caso controllabili. (Questo vale anche per gli obiettivi comportamentali)
- **Legato al tempo:** ad ogni obiettivo è attribuita una data di realizzazione.
- **Derivabile:** ogni obiettivo deve derivare da un obiettivo e/o da una strategia globale.
- **Stimolante:** ogni obiettivo deve rappresentare una sfida. Se sembrasse troppo esigente si consiglia di spezzarlo in obiettivi intermedi.
- **Obiettivi, mezzi, procedura:** quando si parla di obiettivi, occorre definire i mezzi (risorse) e il modo di procedere.
- **Interrogarsi sugli obiettivi:** vuoi davvero raggiungere questo risultato? Quale importanza assume per me questo obiettivo? Quali benefici ne trai? Qual è la tua motivazione principale?

La regola SMART:

Specifico

Misurabile

Accessibile/attrattivo

Realistico

Temporale (determinare il periodo di tempo in cui ogni obiettivo verrà raggiunto).

Formula ora tre obiettivi personali e verificali in base alla regola SMART.

COSA devi fare per raggiungere questo obiettivo?

Di QUALI risorse e condizioni quadro (tempo, persone, finanze, ecc.) hai bisogno per poter raggiungere questi obiettivi?

Quali sono i rischi legati al raggiungimento di questi obiettivi e cosa devi fare per limitarli?