КАК ПРАВИЛЬНО СТАВИТЬ ЦЕЛИ И ДОСТИГАТЬ ИХ

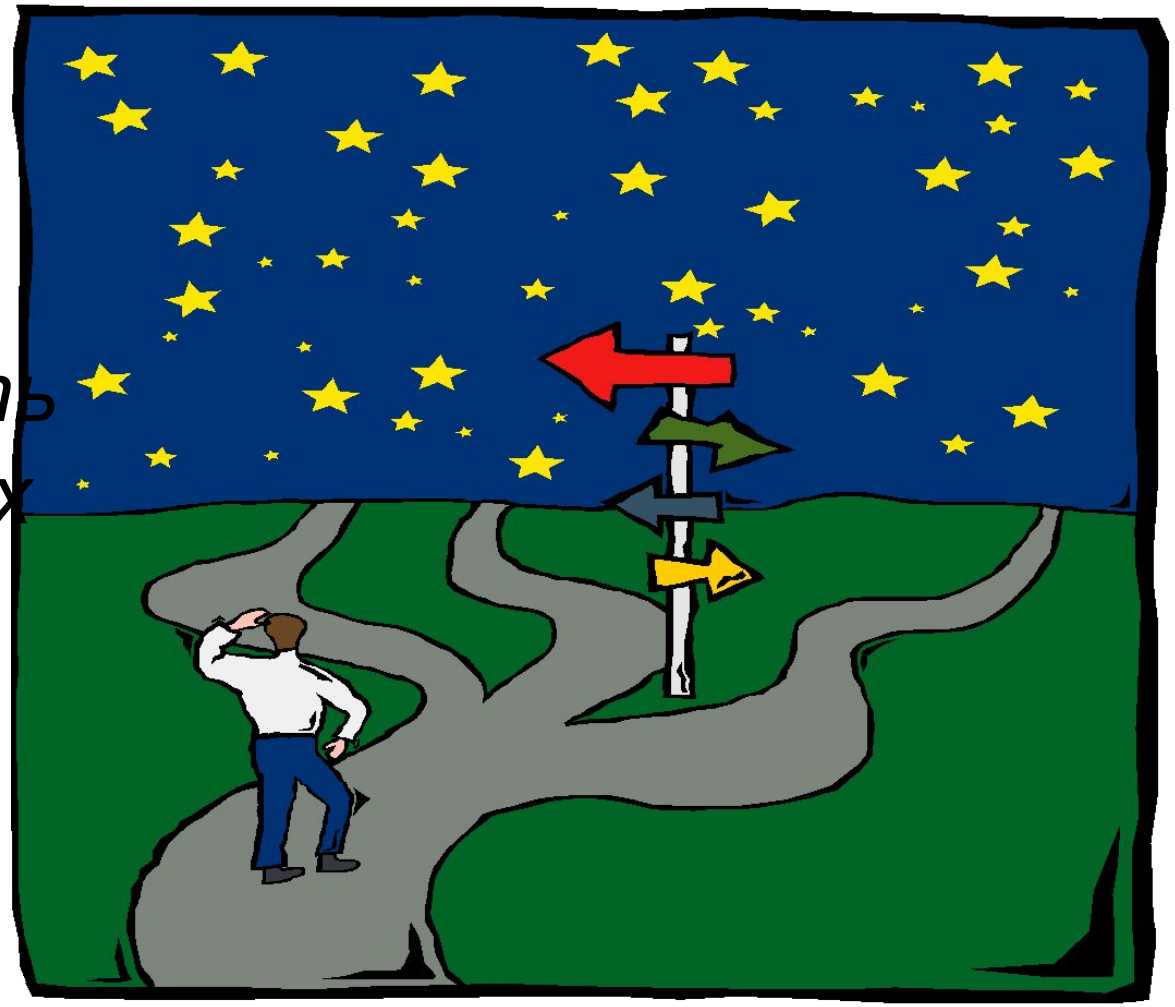
WWPCAPITAL

Успешным в жизни можно быть

Для этого необходимо хотеть, представить, почувствовать, действовать

WWPCAPITAL

Помните – человеком управляет желание, а желанием можно управлять с помощью целей, точнее, их грамотной постановки



WWPCAPITAL

ПОСТАНОВКА ЦЕЛЕЙ ПОМОГАЕТ ДОСТИЧЬ ЖЕЛАЕМОГО

1. **Ясность.** Вы точно знаете, чего именно хотите достичь и начинаете замечать нужные возможности. Ваш мозг тут же начинает искать возможности заработать или получить желаемое законным путем. Смутно представляя, чего вы хотите от жизни, обрести желаемое будет очень сложно.

2. Фокусировка. Представьте, что вы бросаете дротики в мишень. Ваша цель – это «яблочко». Вы становитесь в нескольких шагах от мишени, прицеливаетесь и бросаете дротик. Такой подход с максимальной вероятностью приведет к попаданию в заветную красную точку, стоит лишь потренироваться.
А если бы вы бросали дротик, не целясь, или вообще не в сторону мишени… Шанс попасть в нее сразу уменьшается в тысячи раз.
Фокусируясь на нужной цели, вы на своем уровне достигнете ее самым быстрым способом.

3. Регулярность в действиях. Наличие четкой цели уже само по себе будет мотивировать вас к совершению регулярных действий.
Постоянство – сила!

WWPCAPITAL

Самый известный подход к постановке целей называется «SMART»

S - Specific (Определенная)	Чем понятнее вы сформулируете объект цели, тем вероятнее ее достигните. Например, цель может звучать так: «Купить двухкомнатную квартиру в Москве»
M – Measurable (Измеримая)	Четко формулируйте все параметры будущей цели: место, цвет, модель, расстояние и другие, важные для вас. Если вы хотите достичь количественного показателя, задайте его в абсолютных единицах. Например, зарабатывать 100 000 рублей в месяц, если сейчас зарабатываете 50 000 рублей. Если речь идет о качественном показателе, то нужно обозначить его понятным образом, например: «Переехать на ПМЖ из Самары в Москву»
A – Attainable (Достижимая)	Это значит, что ваша задумка выполнима в принципе. Например, переночевать на Марсе в палатке вряд ли удастся, как бы упорно вы к этому не стремились
R – Relevant (Актуальная)	Подразумевается, что цель должна быть нужная именно вам, а не навязанная извне. Подумайте, приведет ли вас достижение заявленной цели к чему-то большему – ощущению гармонии внутри и счастью. Будьте честны перед собой. Например, если вы хотите переехать в другую страну или город только потому, что «в вашем захолустье делать нечего» или «здесь мало платят». Взвесьте минусы и все предварительно просчитайте. Может намного проще что-то изменить в себе или на той работе, где вы сейчас трудитесь, чем все переворачивать и столкнуться с непредвиденными обстоятельствами в процессе переезда
T – Time-bound (ограниченная во времени)	Очень важно, чтобы ваша цель была достигнута к определенному сроку или дате. Так вы правильно распределите усилия на пути ее достижения. Записывайте цель в настоящем времени, начиная со слова «Я». «Я достигаю того-то к 20 декабря 2020 года»

WWPCAPITAL

Пример правильной цели по SMART

Я покупаю автомобиль БМВ X6 черного цвета не старше 2018 года, с пробегом до 100 000 километров, не дороже 2 500 000 рублей к 1 января 2021 года на деньги, заработанные в компании WWPC

Пример НЕправильной цели по SMART

Хочу купить машину БМВ X6

WWPCAPITAL

КАК ПРАВИЛЬНО СТАВИТЬ ЦЕЛИ И ДОСТИГАТЬ ИХ: ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

WWPCAPITAL

Шаг 1. Четко определите, чего вы хотите

Очень важно записывать цель, начиная со слова «Я» и говорить о ней **в настоящем времени**, как будто это уже **свершившийся факт**:

- ✔ Я зарабатываю 500 000 рублей в месяц
- ✔ Я живу в Сочи
- ✔ Я езжу на БМВ

WWPCAPITAL

Шаг 2. Напишите свою цель на бумаге

Выбранную цель нужно зафиксировать на бумаге, **записав от руки,** а не напечатав на компьютере! Именно так наше сознание лучше воспримет ее и затем передаст в подсознание, которое будет трудиться над достижением цели круглосуточно.

УПРАЖНЕНИЕ! Задействуя силу подсознания, рекомендуют также решать сложные задачи или принимать судьбоносные решения. Упражнение проводится на ночь. Перед сном запишите от руки ваш вопрос на бумаге и сразу ложитесь спать. Как правило, на утро в голову приходит самый верный и простой ответ или способ решения задачи.

WWPCAPITAL

Шаг 3. Установите крайний срок достижения цели

Используйте предлог «к» или четкую дату:

- ✔ **к 1 сентября 2021 года** я покупаю однокомнатную квартиру в Сочи;
- ✔ **1 декабря 2020 года** я зарабатываю 500 000 рублей в месяц.

WWPCAPITAL

Шаг 4. Составьте список всего, что поможет вам достичь цели

- ✔ встретиться с таким-то человеком;
- ✔ научиться тому-то;
- ✔ заработать столько-то;
- ✔ сделать то-то.

WWPCAPITAL

Шаг 5. Организуйте план из полученного списка

На этом этапе вам нужно ранжировать полученный список. Напротив каждого пункта поставьте буквы: A, B, C, D.

A – самые важные задачи, а D, соответственно, – самые малозначимые.

У вас получится 4 категории. Теперь в каждой из них расставьте приоритеты.

Присвойте самой важной на ваш взгляд задаче из категории A, цифру 1.

У вас получится A1, менее важной – A2 и так далее.

В итоге вы получите список задач по 4-м категориям (ABCD), где каждая будет ранжирована еще по номерам от первого до последнего.

WWPCAPITAL

Шаг 6. Немедленно приступать к действию

Ключевое правило! **Не приступать к выполнению задач из категории «В», пока не выполнены все задачи из категории «А»**

WWPCAPITAL

ПРЕУСПЕВАЮЩИЕ ЛЮДИ отличаются от неудачников тем, что действуют безотлагательно!

ЛЮДИ, НЕ ДОСТИГАЮЩИЕ СВОИХ ЦЕЛЕЙ все время откладывают выполнение важных дел под разными предлогами или занимаются неважными вещами.

WWPCAPITAL