

## Постављање циљева, планирање и доношење одлука о унапређењу породичног и друштвеног живота, школовања и рада

Након спроведене анализе које су нам јаке и слабе стране унутар наше личности ( SWOT анализа), пред нама је нови циљ, а то је да из онога што смо научили и користећи претходне технике, направимо план којим ћемо унапредити наш живот. Дobar план се огледа у добро постављеним циљевима.

### Задатак за полазнике

Сетите се неког свог циља који нисте могли да оставрите. Зашто? Какав је био Ваш циљ? Колики је био временски период за остварење тог циља? Од чега је зависило остварење тог циља?

Како треба да изгледа добар циљ?

- Специфичан
- Мерљив
- Остварљив
- Усклађен са актуелним животом и начином рада

• **Поново дефинишите циљ у складу са овим принципима.** Основна покретачка снага сваког човека-**мотивација** Врсте мотивације:

1. Унутрашња - подстакнута унутрашњим покретачима-радозналост, смисао, лични развој
2. Спољашња-подстакнута спољашњим покретачима- признање других, углед, новац и материјално богатство

Основа сваког успеха лежи у добром планирању неке активности, посла, а самим тим и одређених области живота.

Основе доброг планирања:

1. Дефинишите област живота на коју се план односи - образовање, посао, новац, здравље, итд.
2. Одредите са чим сте у тој области задовољни/незадовољни
3. Фокусирајте се на резултат, а не на препреке
4. Одредите временски период за реализацију плана
5. Одредите неопходна средства

КАТЕГОРИЈА Жеље, потребе	Испишите своје специфичне циљеве	Како ћете мерити успешност плана	Опиши акциони план- кораци у планирању	Да ли су твоји циљеве реални- оствариви	Време неопходно за остварење циљева	Животни мото, покретачке поруке, лајт мотиви
Духовни, унутрашњи живот (мисли, ставови)						
Породица, пријатељи						
Здравље						
Емоционални развој						
Професионалн и развој						
Материјална богатства						
Слободно време						

**Ваш задатак је да направите свој план, користећи знања са овог и претходних часова. Претходна табела је само оквир који може да послужи као оквир за планирање.**