

ÇOCUKLARDA YAŞAM BECERİLERİ GELİŞTİRME – HEDEF BELİRLEME

En başarılı insanların düzenli olarak kendileri için hedefler koyduğunu biliyor musunuz? Onlar sadece hedef belirlemiyorlar, bu hedeflerini gerçekleştirmek için çok çalışıyorlar. Bu önemli. Kaçımız düzenli olarak hedefler belirliyoruz, sadece başarıya ulaşmak için çabalarken eline yüzüne bulaştıranlar mıyız?

Çocuklarıma kendileri için hedef belirlemeyi ve onlara nasıl ulaşabileceklerine dair yaşam becerilerini öğretmek istiyorum.

Bazen hedeflerimiz büyüktür, gerçekleştirmeleri yılları alır ve bazen küçüktürler, çabucak ulaşırlar. Birçoğumuz bir seferde çok sayıda hedef belirler.

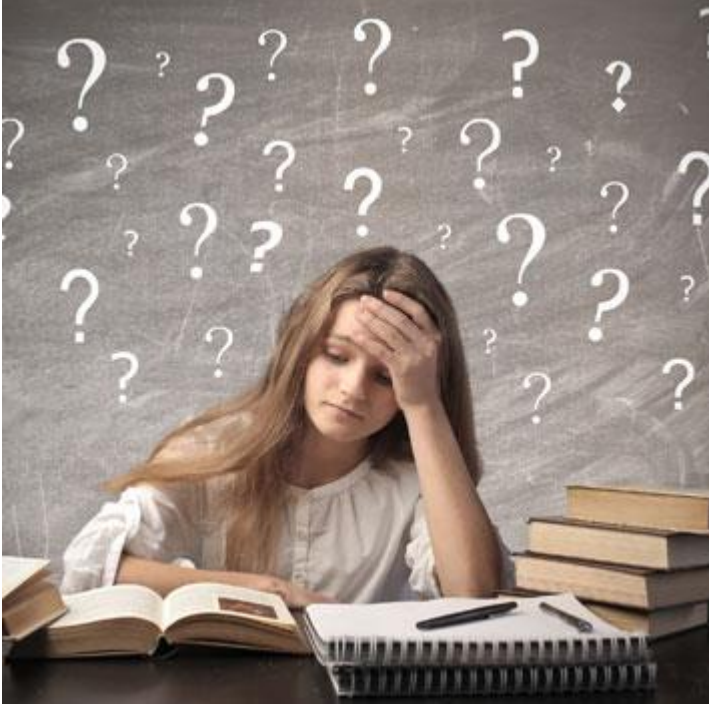
Çocuklarıma hedef belirlemeyi öğretmeye başladığımda küçük olanlardan başladım. Bunu birkaç nedenle yaptım.

- Küçük hedefleri gerçekleştirdiklerini görmek daha kolaydır.
- Gerçekçi olarak küçük hedeflere ulaşmak daha kısa zaman alır, bu da onların hedeflerine odaklanmış olarak kalmalarını kolaylaştırır.
- Eğer başarısızlığa uğrarlarsa bu daha küçük bir ölçekte olur.

Çocuklara hedef belirlemeyi öğretmeye başlarken onlara kendileri için ilginç olar ve hayatlarına değer katan bir hedef seçmeleri için yardımcı olun. Eğer hedefleri zaten sevdikleri bir alandıysa başından sonuna kadar nasıl gerçekleştiğini göstermek de kolay olacaktır. Ayrıca hedeflerine ulaştıklarında olumlu bir değişiklik görürlerse geleceğe dair yeni amaçlar belirlemek için daha heyecanlı olacaklardır.

***HEDEF BELİRLEME, GÖRÜNMEZİ GÖRÜNÜR HALE
GETİRMEDE İLK ADIMDIR. – TONY ROBBİNS***

Hedef belirleme hakkında çocuklara öğretilmesi gereken üç önemli nokta:



Büyük hedefleri daha küçük hale getirin

Çocuğunuzun belirlediği her hedef için onları daha küçük ve böylece daha kolay yönetilebilir hale nasıl getirebileceklerini öğretin. Her küçük adım, ana hedefi desteklemeli.

Örneğin kızım tekvandoya başladıktan sonra, siyah kuşak olma hedefini koydu –ki bu neredeyse üç yıl sürecek. Eğer bu odaklandığı tek şey olsaydı, ilgisini hemen kaybedebilirdi ve asla hedefine ulaşamazdı. Bunun yerine her seferinde bir kuşak almak için çalıştı. Siyah kuşağı her zaman aklında tuttu ama her testte o sırada hangi renk için çalışıyorsa yüzde yüz onu kazanmak için odaklandı.

Hedeflerin ölçülebilir olduğuna emin olun

Eğer çocuğunuz ulaşmak istediği hedefin tam olarak neye benzediğini bilmiyorsa, ona ulaştığını nasıl bilecek?

Kızlarımdan biri ulaşmak istedikleri hedefi benimle paylaştığımda onlara "Ona ulaştığınızda nasıl bir şey göreceksiniz?" diye sordum.

Bundan birkaç yıl önce büyük kızım bir bozuk para şovunda sergi açmaya karar verdi. Bunun için birlikte her birinin başarı ve tamamlama tarifi olan küçük hedefler belirlemek için çalıştık. İlk kilometre taşı ihtiyaç duyacağı tüm bozuk paraları toplamaktı. Diğeri kestirme yoldan sergisini nasıl açabileceğimizi öğrenmekti. Her bir hedefi ölçülebilir kılarak cesaret kazandı ve her adımı tamamladı.

Hedefler değişebilir

Çocukların bazen hedeflerin değişebileceğini ve bunda bir sorun olmadığını öğrenmeleri gerekir. Bu çok çalışmak istemediğiniz için bir hedeften vazgeçmekle aynı şey değildir. İnsanların ve ilgilerinin her zaman değişebileceği anlaşılabilir bir şey bu nedenle yürüdüğün yolu ya da hedeflerini değiştirebilirsin. Gerektiğinde planları hakkında yeniden düşünmeleri ve gereken değişiklikleri yapabilmeleri için çocuklarıma zaman ayırırım. Birçok uzman hedeflerinizi yazmanız konusunda sizi cesaretlendirir. Bazen biz de yaparız fakat diğer zamanlarda hangisi işe yarayacaksa o yolu tercih ederiz. Bu gerçekten hedefin ne olduğuna bağlı

Kaynak: <https://www.egitimpedia.com/cocuklara-yasam-becerilerini-ogretmek-ii-hedef-belirleme/>