

# ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ – Επικεντρωθείτε σε αυτό που είναι σημαντικό 1



## 1) ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΕΡΓΑΛΕΙΟΥ

### Ρύθμιση στόχου SMART

Είναι ένα ισχυρό εργαλείο για άτομα και οργανισμούς για την επίτευξη των στόχων τους. Περιλαμβάνει τον καθορισμό συγκεκριμένων, μετρήσιμων, εφικτών, σχετικών και χρονικά δεσμευτικών (**SMART**) στόχων που ευθυγραμμίζονται με τις προσωπικές ή οργανωτικές αξίες και το όραμά σας.

## 2) ΣΤΟΧΟΙ ΤΟΥ ΕΡΓΑΛΕΙΟΥ

- Προσδιορίστε τις βασικές προτεραιότητες και τους στόχους τους
- Αναπτύσσουν συγκεκριμένους και μετρήσιμους στόχους που ευθυγραμμίζονται με το όραμα και τις αξίες τους
- Να δημιουργήσουν έναν οδικό χάρτη για την επίτευξη των στόχων τους
- Μετρήστε την πρόοδο και παρακολουθήστε την επιτυχία
- Μείνετε συγκεντρωμένοι και παρακινήμενοι προς τους στόχους τους

## 3) ΣΥΝΔΕΣΗ ΤΟΥ ΕΡΓΑΛΕΙΟΥ ΜΕ ΤΗΝ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ

Ο καθορισμός στόχων συνδέεται στενά με την ικανότητα της «εστίασης σε αυτό που είναι σημαντικό», επειδή περιλαμβάνει τον εντοπισμό και την ιεράρχηση των πιο σημαντικών στόχων και καθηκόντων. Θέτοντας σαφείς στόχους, τα άτομα μπορούν να εστιάσουν το χρόνο και την ενέργειά τους στις δραστηριότητες που θα έχουν τον πιο σημαντικό αντίκτυπο.

## 4) ΥΛΙΚΟ ΠΟΡΩΝ

Για να εφαρμόσετε το εργαλείο καθορισμού στόχων, θα χρειαστείτε:

- Χαρτί και στυλό ή ψηφιακή συσκευή
- Πρόσβαση σε πληροφορίες σχετικά με το προσωπικό ή οργανωτικό σας όραμα και αξίες
- Ένα φύλλο εργασίας ή πρότυπο για την καθοδήγηση της διαδικασίας καθορισμού στόχων

## 5) ΠΩΣ ΝΑ ΕΦΑΡΜΟΣΕΤΕ ΤΟ ΕΡΓΑΛΕΙΟ

Για να εφαρμόσετε το εργαλείο ρύθμισης στόχων, ακολουθήστε τα εξής βήματα:

1. Καθορίστε το όραμα και τις αξίες σας: Ξεκινήστε καθορίζοντας το προσωπικό ή οργανωτικό όραμα και τις αξίες σας. Ποιος είναι ο απώτερος στόχος που θέλετε να επιτύχετε και ποιες είναι οι αξίες που καθοδηγούν τις ενέργειές σας;
2. Προσδιορίστε τις βασικές σας προτεραιότητες: Με βάση το όραμα και τις αξίες σας,

# ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ – Επικεντρωθείτε σε αυτό που είναι σημαντικό 1

προσδιορίστε τις κορυφαίες προτεραιότητες που θέλετε να επιτύχετε. Αυτοί μπορεί να είναι προσωπικοί ή οργανωτικοί στόχοι.

3. Ορίστε στόχους SMART: Αναπτύξτε συγκεκριμένους, μετρήσιμους, εφικτούς, σχετικούς και χρονικά δεσμευμένους (SMART) στόχους που ευθυγραμμίζονται με τις προτεραιότητές σας.
4. Δημιουργία οδικού χάρτη: Αναπτύξτε ένα λεπτομερές σχέδιο που περιγράφει τα βήματα που πρέπει να ακολουθήσετε για να επιτύχετε τους στόχους σας, συμπεριλαμβανομένων των χρονοδιαγραμμάτων, των πόρων και των ορόσημων.
5. Μετρήστε την πρόοδο: Παρακολουθήστε τακτικά την πρόοδό σας προς τους στόχους σας και προσαρμόστε το σχέδιό σας ανάλογα με τις ανάγκες.
6. Γιορτάστε την επιτυχία: Γιορτάστε τις επιτυχίες σας στην πορεία για να παραμείνετε παρακινημένοι και συγκεντρωμένοι.

## 6) ΤΙ ΝΑ ΜΑΘΕΤΕ

- Αναπτύσσουν συγκεκριμένους και μετρήσιμους στόχους που ευθυγραμμίζονται με το όραμα και τις αξίες τους
- Να δημιουργήσουν έναν οδικό χάρτη για την επίτευξη των στόχων τους
- Παρακολουθήστε την πρόοδο προς την επίτευξη των στόχων τους και προσαρμόστε το σχέδιό τους ανάλογα με τις ανάγκες
- Μείνετε συγκεντρωμένοι και παρακινημένοι για την επίτευξη των στόχων τους
- Γιορτάστε τις επιτυχίες στην πορεία για να παραμείνετε παρακινημένοι και συγκεντρωμένοι.

## Φύλλο εργασίας ρύθμισης στόχων

<b>Όραμα και Αξίες</b>	Καθορίστε το προσωπικό ή οργανωτικό σας όραμα και αξίες.
<b>Βασικές προτεραιότητες</b>	Με βάση το όραμα και τις αξίες σας, προσδιορίστε τις κορυφαίες προτεραιότητές σας.
<b>Στόχοι SMART</b>	Αναπτύξτε στόχους SMART που ευθυγραμμίζονται με τις βασικές σας προτεραιότητες. <ul style="list-style-type: none"><li>- Συγκεκριμένα: Τι ακριβώς θέλετε να πετύχετε;</li><li>- Μετρήσιμο: Πώς θα μετρήσετε την πρόοδό σας προς τον στόχο σας;</li><li>- Εφικτός: Είναι ο στόχος σας</li></ul>

# ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ – Επικεντρωθείτε σε αυτό που είναι σημαντικό 1

	<p>ρεαλιστικός και εφικτός;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Σχετικό: Ο στόχος σας ευθυγραμμίζεται με τις βασικές προτεραιότητες και αξίες σας;</li><li>- Χρονικά δεσμευμένο: Πότε θέλετε να πετύχετε τον στόχο σας;</li></ul>
<b>Σχέδιο δράσης</b>	<p>Αναπτύξτε ένα λεπτομερές σχέδιο που περιγράφει τα βήματα που πρέπει να ακολουθήσετε για να επιτύχετε τους στόχους σας, συμπεριλαμβανομένων των χρονοδιαγραμμάτων, των πόρων και των ορόσημων.</p>
<b>Παρακολούθηση προόδου</b>	<p>Παρακολουθείτε τακτικά την πρόοδό σας προς τους στόχους σας και προσαρμόζετε το σχέδιό σας ανάλογα με τις ανάγκες.</p>
<b>Γιορτή</b>	<p>Γιορτάστε τις επιτυχίες σας στην πορεία για να παραμείνετε παρακινημένοι και συγκεντρωμένοι.</p>



**Co-funded by  
the European Union**