Planuri de acțiune pentru realizarea unui scop. Alegerea scopului și resursele necesare

Introducere

Te-ai întrebat vreodată de ce unii oameni reușesc să-și transforme dorințele în realitate, iar alții rămân doar cu ele? Diferența nu ține de noroc, ci de felul în care lucrează: își aleg un scop, îl transformă în obiective clare, își socotesc resursele și își fac un plan. Asta vei face și tu în această lecție — pentru un scop al tău sau al familiei tale.

În această lecție vei descoperi

– ce este un scop și prin ce se deosebește de un obiectiv;
– cum formulezi un obiectiv SMART;
– de ce resurse ai nevoie ca să-ți atingi scopul;
– cum se construiește un plan de acțiune.

Role sau doar o dorință?

1. „Vreau să strâng bani pentru niște role.” Este acesta un plan?

2. Urmărește un scurt video: *Cum să formulezi un obiectiv SMART*. Ce s-a schimbat în propoziția de la început?

3. Ce lipsește încă pentru ca rolele să fie cumpărate?

Întrebarea orei: ce trebuie să faci ca un scop să nu rămână doar o intenție?

Răspunsul îl construim în cele patru secțiuni de mai jos.

1. Scopul și obiectivul

Fiecare familie își are viața de zi cu zi, o succesiune de activități prin care își satisface nevoile curente. Dincolo de ele, în viața familiilor și a fiecărei persoane apar proiecte speciale, care cer eforturi deosebite și resurse materiale, umane, financiare și informaționale.

Definiții

Scopurile personale reprezintă țintele către care tinde cineva prin acțiunile sale, ceea ce-și propune să realizeze.

Un **obiectiv** este o proiecție a viitorului sau un rezultat anticipat și dorit, pe care o persoană (sau un grup de persoane — o familie, o clasă de elevi) și-l imaginează și se angajează să îl obțină.

Scopurile oferă o viziune pe termen lung și o motivație pe termen scurt. Stabilirea lor este importantă pentru că ajută la alegerea a ceea ce este cu adevărat important în viață și întărește încrederea persoanei în forțele proprii. Scopul se referă la o direcție pe care o persoană o stabilește pentru un domeniu al vieții sale — carieră, relații, sănătate —, pornind de la propriile valori, aspirații, nevoi și dorințe.

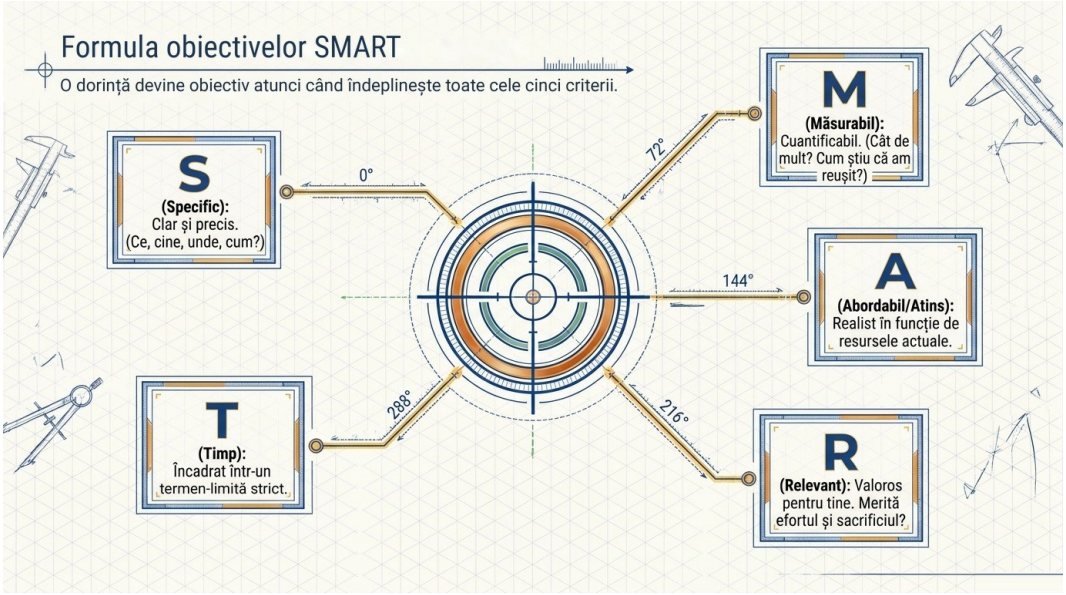
Obiectivele provin din scop și contribuie la concretizarea lui. De exemplu, scopul „să citesc cât mai multe cărți, ca să asimilez informații care să mă ajute în viață” devine obiectivul „până la 15 septembrie, anul acesta, să citesc cu două cărți mai mult decât anul trecut” — anul trecut au fost șase, deci acum vor fi opt.

2. Obiectivul SMART

Când ne propunem obiective importante, care ies din rutina zilnică, devine important să le definim cât mai bine și să planificăm etapele prin care le atingem. Un obiectiv bine formulat este un obiectiv SMART.

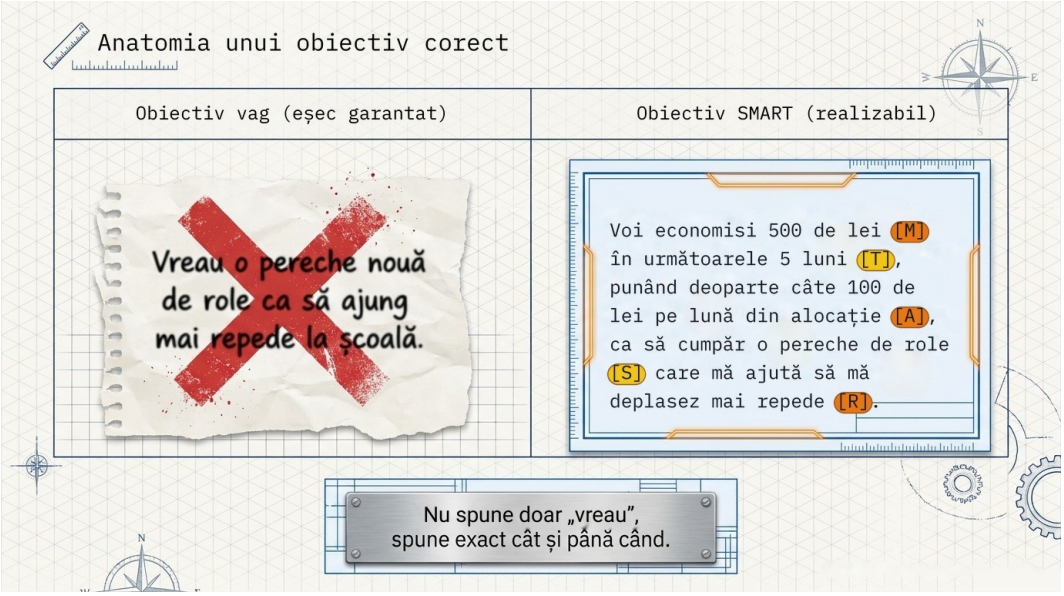
S — specific: ce anume vrei să obții? Nu spune doar „vreau bani”, ci exact cât și pentru ce. M — măsurabil: cum îți vei da seama că ai reușit? A — accesibil (abordabil): este în puterea ta să atingi obiectivul, chiar dacă îți ia timp și efort? R — relevant: este important pentru tine? T — încadrat în timp: când anume vrei să obții rezultatul? Fără un termen-limită, s-ar putea să amâni lucrurile.

litera	obiectivul este…	întrebarea de control
S	**specific**	Ce anume vreau să obțin?
M	**măsurabil**	Cum îmi dau seama că am reușit?
A	**accesibil (abordabil)**	Este în puterea mea să-l ating?
R	**relevant**	Este important pentru mine?
T	**încadrat în timp**	Până când vreau să-l ating?



Formula obiectivelor SMART.

Exemplul din video este al Mariei, eleva de clasa a VIII-a care pierde mult timp pe drumul spre școală: ca să-l scurteze, vrea o pereche de role, iar părinții sunt de acord doar dacă strânge singură banii. Obiectivul ei: specific — o pereche de role care costă 500 de lei; măsurabil — trebuie să economisească 500 de lei; abordabil — poate pune deoparte bani din alocație și poate renunța la cumpărăturile inutile; relevant — rolele o ajută să se deplaseze mai repede și să se distreze cu prietenii; încadrat în timp — strânge suma în cinci luni.



Anatomia unui obiectiv corect: de la „vreau” la un obiectiv SMART.

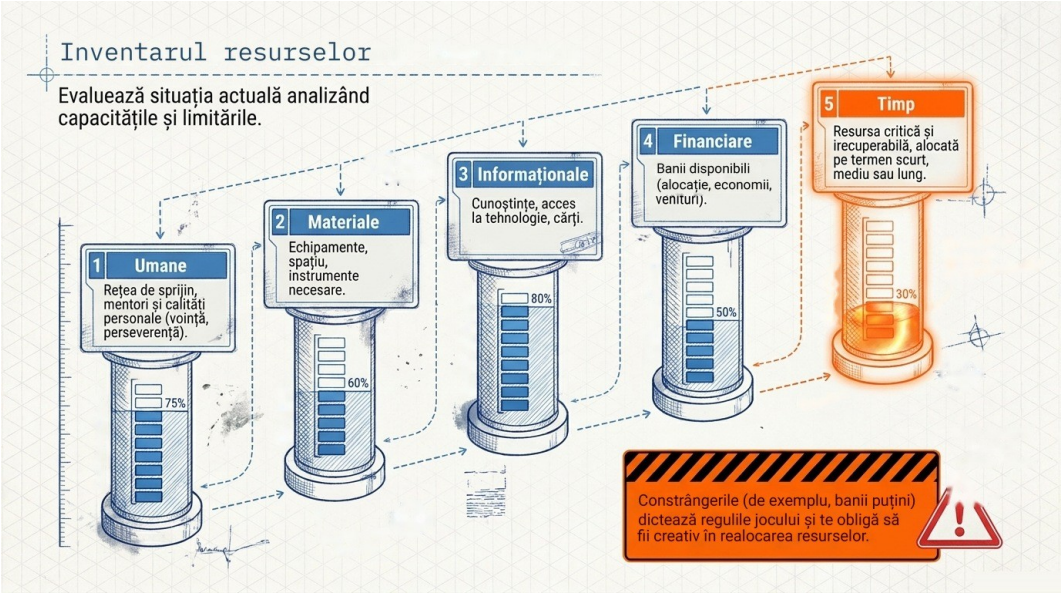
3. Resursele

Definiție

Resursele sunt mijloacele pe care le valorificăm într-o anumită împrejurare pentru realizarea unui scop personal.

Pentru realizarea unui scop este nevoie de câteva resurse importante: resursele materiale — locuința, aparatura, echipamentele, coli, creioane; resursele financiare — veniturile, indiferent de unde provin; ele sunt limitate, iar epuizarea lor obligă la împrumuturi; resursele umane — persoanele care ne ajută să ne atingem scopul, profesori, colegi, părinți; din ele fac parte și resursele personale, adică trăsăturile noastre de caracter: voința, încrederea, creativitatea, echilibrul; resursele informaționale — cărțile, internetul, cunoștințele asimilate; resursele de timp — orice scop are nevoie de un anumit timp, care trebuie bine estimat, ca să nu riscăm să nu-l realizăm la termen.

Viața noastră este caracterizată de raritatea resurselor: niciodată nu avem destule mijloace ca să facem tot ce ne dorim. Pentru că resursele sunt limitate în raport cu scopurile noastre, este important să ne stabilim cu atenție obiectivele, să ne planificăm acțiunile și să alocăm judicios resursele.



Inventarul resurselor: umane, materiale, informaționale, financiare și de timp.

Familia lui Andrei a descoperit că băiatul are talent la tenis și vrea să facă performanță. Asta a însemnat bani pentru un antrenor și pentru echipament, dar și timp în programul familiei. Ca să acopere cheltuielile, tatăl a început să lucreze și de acasă, iar familia a renunțat la vacanța de iarnă la schi și s-a mulțumit cu o singură vacanță, vara. Realizarea unui scop presupune resurse financiare: planuri pentru mai mulți bani, pe de o parte, și pentru mai puține cheltuieli, pe de alta.

Ce spune legea

Alocația de stat o primesc toți copiii până la 18 ani. După ce împlinești 14 ani, o poți primi chiar tu, dacă părinții sunt de acord (Legea nr. 61/1993, art. 1 și art. 4). Este o resursă financiară pe care o poți folosi pentru un scop al tău.

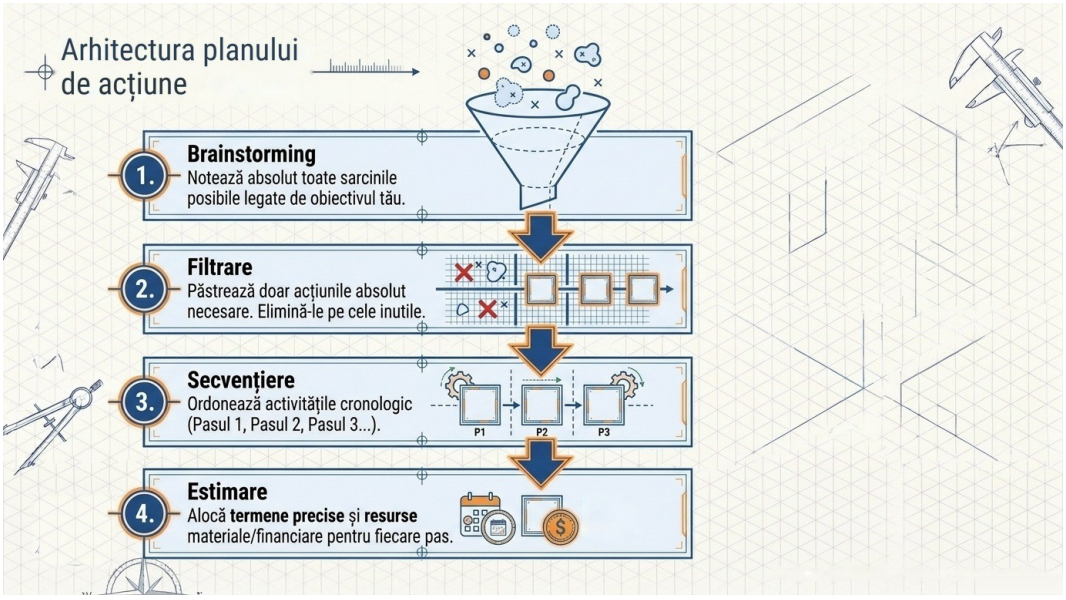
4. Planul de acțiune

Definiție

Un **plan de acțiune** personal sau familial reprezintă o strategie detaliată, alcătuită dintr-o serie de activități stabilite pentru a atinge un scop specific.

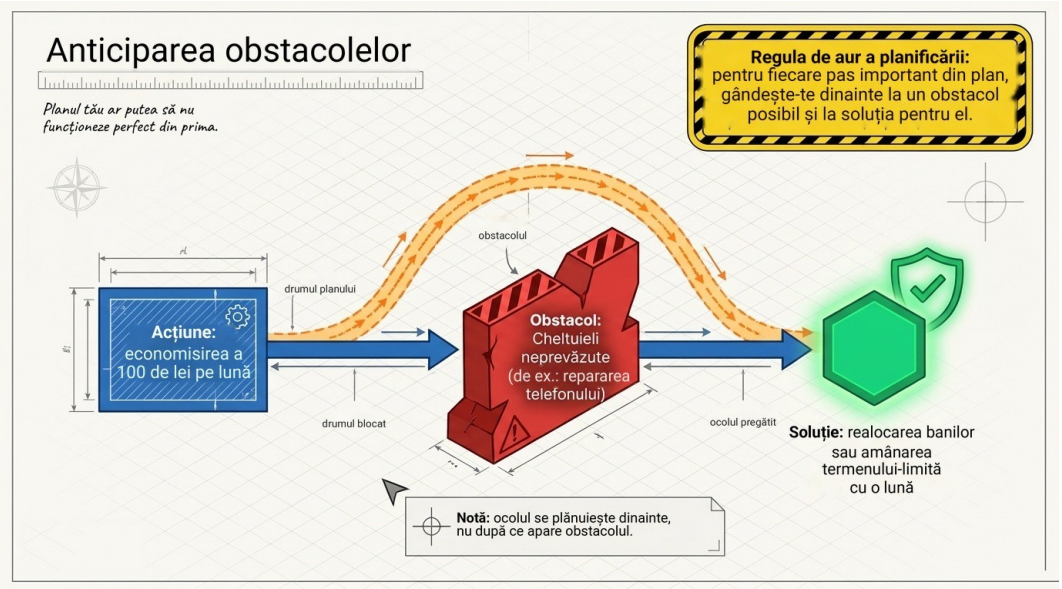
Planul de acțiune cuprinde lista tuturor activităților pe care trebuie să le realizezi pentru îndeplinirea scopului și te ajută să-ți organizezi resursele, să-ți urmărești progresul și să eviți obstacolele. Elaborarea lui începe cu activitățile necesare, în ordinea în care trebuie făcute. Pentru fiecare activitate se stabilesc termenele de finalizare și resursele necesare; se identifică riscurile care pot apărea și soluțiile pentru depășirea lor.

Pașii, pe scurt: notezi toate sarcinile, păstrezi doar acțiunile absolut necesare și le ordonezi; estimezi timpul fiecărui pas și fixezi termene-limită; estimezi resursele fiecărui pas, pe categorii; te gândești la obstacolele care pot apărea și la măsurile de prevenire sau de depășire; apoi pui planul în aplicare, pas cu pas, și tragi învățămintele din obstacolele întâlnite.



Arhitectura planului de acțiune: notezi, filtrezi, ordonezi, estimezi.

Planul Mariei: până la sfârșitul săptămânii deschide un cont de economii numit „ROLE”; în fiecare lună, pe 8, transferă în cont 100 de lei din alocație; în a cincea lună, pe 10, merge la magazin și probează rolele; apoi le cumpără. Ea își urmărește planul: în primele trei luni pune deoparte câte 100 de lei. De ziua ei primește 100 de lei de la bunici și își ajustează planul: își poate atinge obiectivul mai devreme. Planul se urmărește, comparând ce ai făcut cu ce ți-ai propus, și se ajustează când situația se schimbă.



Anticiparea obstacolelor: pentru fiecare pas important, un obstacol posibil și o soluție.

Rezumat

1. Scopul este ținta spre care tind prin acțiunile mele. Obiectivele provin din scop și îl fac concret: spun ce, cât și până când.
2. Un obiectiv bine formulat este SMART: specific, măsurabil, accesibil (abordabil), relevant și încadrat în timp.
3. Pentru orice scop am nevoie de resurse: materiale, financiare, umane, informaționale și de timp. Resursele sunt limitate, de aceea le aloc judicios.
4. Planul de acțiune cuprinde pașii, în ordine, termenele-limită, resursele necesare, obstacolele posibile și soluțiile.
5. Un plan se urmărește pas cu pas și se ajustează când situația se schimbă. Fără plan, scopul rămâne doar o intenție.

Explozia stelară: planul familiei

Familia vrea să-și înnoiască echipamentul pentru sportul preferat. Costă 1.000 de lei. Nu are venituri în plus: trebuie să se descurce cu banii pe care îi are. Familia are trei posibilități: realocarea banilor în lunile următoare; renunțarea la unele cheltuieli; economisirea pe o perioadă de timp.

Ce facem. Scopul stă în centrul unei stele cu șase vârfuri: Ce?, Cine?, Unde?, Când?, De ce?, Cum? Fiecare grupă primește un vârf și pune cât mai multe întrebări despre scop, pornind de la cuvântul primit.

La final grupele își citesc întrebările și răspunsurile, iar clasa construiește din ele primii pași ai planului: ce facem, până când, cu ce resurse, ce ne-ar putea încurca și cum ne descurcăm.

Verifică-te

1. Care dintre obiectivele de mai jos este formulat SMART? a) „Vreau să economisesc bani pentru un telefon.” b) „Vreau să economisesc 300 de lei din alocație pentru un telefon, într-o perioadă de șase luni.” Ce criterii îi lipsesc celuilalt?

2. Ce resurse sunt necesare pentru organizarea unei excursii cu clasa? Dă câte un exemplu pentru fiecare dintre cele cinci categorii.

3. Ce crezi că ar trebui să facă o persoană care nu și-a atins scopul pentru că nu a avut toate resursele necesare: a) să renunțe definitiv; b) să mai aștepte, până își asigură resursele; c) să găsească o soluție de compromis? Argumentează.

Din lege

Ca să ai bani pentru un scop al tău, legea îți dă câteva posibilități. Alocația de stat este a ta până la 18 ani și, de la 14 ani, o poți primi direct, cu acordul părinților. Te poți angaja de la 16 ani, iar de la 15 ani doar cu acordul părinților și pentru o muncă potrivită vârstei, care să nu-ți pună în pericol sănătatea și pregătirea școlară.

Știai că

Două prietene, Carmen Uscatu și Oana Gheorghiu, au transformat un scop personal — să-i ajute pe copiii bolnavi — într-un scop al întregii țări: primul spital de oncologie pentru copii din România. Proiectul a început în 2015 și a avut nevoie de foarte multe resurse: peste 350.000 de oameni și mii de companii au donat bani, iar mulți voluntari s-au implicat. Spitalul, construit numai din donații, tratează copii din 2024.

Gândește-te: ce tipuri de resurse au fost nevoie pentru acest scop?