

2.2.1 ΤΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΓΝΩΡΙΣΜΑΤΑ ΤΩΝ ΕΞΥΠΝΩΝ ΣΤΟΧΩΝ

Τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα των έξυπνων στόχων είναι πέντε:

1. Ο στόχος πρέπει να είναι **Συγκεκριμένος**. Αυτό σημαίνει ότι γνωρίζουμε τι ακριβώς θέλουμε να πετύχουμε. Μπορούμε δηλαδή να περιγράψουμε το τελικό αποτέλεσμα με σαφήνεια. Όχι γενικά και αόριστα, γιατί αυτό θα ήταν μια επιθυμία. Για παράδειγμα, αν πούμε ότι στόχος μας είναι «να πάρουμε 20 άριστα στα μαθηματικά στο τέλος του σχολικού έτους», τότε αυτό γίνεται συγκεκριμένο και ξέρουμε πού θέλουμε να φτάσουμε.
2. Ο στόχος μας πρέπει να είναι **Μετρήσιμος**. Όταν καθορίζεις το στόχο με κάποιου είδους μέτρηση, για να παρακολουθείς την πρόοδο, τότε ο στόχος γίνεται κατανοητός και εύκολα μπορεί να τον πετύχεις. Για το συγκεκριμένο παράδειγμα, θα πρέπει να έχω βαθμολογία στα μαθηματικά στους δύο ελέγχους των τριμήνων πάνω από 19.
3. Ο στόχος μας πρέπει να είναι **Εφικτός**. Αναρωτιέμαι: Μήπως βάζω υπερβολικά αισιόδοξους στόχους; Ίσως για να πετύχω το στόχο μου να χρειαστεί να αλλάξω στάσεις και συνήθειες ή να προβληματιστώ αν οι πόροι ή οι δεξιότητες που διαθέτω είναι πράγματι αρκετοί. Για παράδειγμα, για να πετύχω το στόχο μου, δεσμεύομαι ότι θα λύνω μία άσκηση επιπλέον στα μαθηματικά κάθε μέρα.
4. Ο στόχος μας πρέπει να είναι **Ρεαλιστικός**. Σκέφτομαι αν πράγματι ο στόχος που βάζω σχετίζεται με την γενική μου πορεία και αν αξίζει τον κόπο να προσπαθήσω. Για το συγκεκριμένο παράδειγμα, θα πρέπει στα δύο τεστ των μαθηματικών σε κάθε εξάμηνο να έχω γράψει πάνω από 18 για να πετύχω τον αρχικό μου στόχο.
5. Ο στόχος μας πρέπει να είναι **Χρονικά καθορισμένος**. Κάθε ενέργεια για την επίτευξη του στόχου, έχει συγκεκριμένο χρονικό διάστημα ως περιθώριο για να υλοποιηθεί. Για παράδειγμα, η προσπάθεια ολοκληρώνεται με την λήξη του τριμήνου και τον τελικό βαθμό στο τέλος της σχολικής χρονιάς.

Οι έξυπνοι στόχοι αποτελούν πρόκληση

