

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



O sztuce wyznaczania i osiągnięcia celów
Magdalena Lipiak

Uniwersytet Ekonomiczny w Katowicach
29 października 2018r.

Organizatorzy



Plan na następne 60-90 minut...

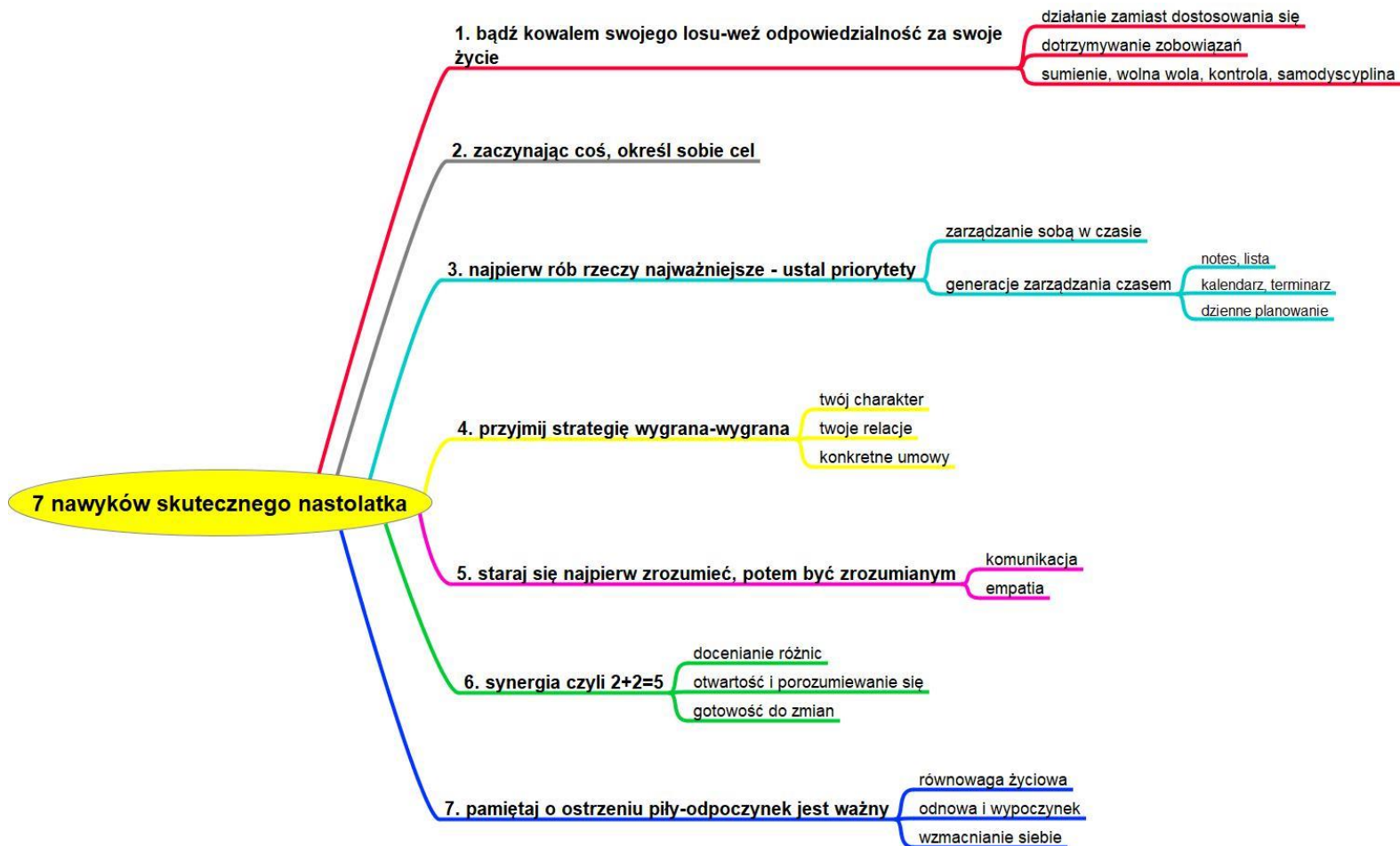
- słów kilka o nawykach skutecznego działania
- z kim masz do czynienia? sprite czy niegazowana woda mineralna?
- po co nam cele? określanie celów
- narzędzia pomocne w określaniu celów i ich monitorowaniu



Cooperative

**Nabierz nawyków
Ukształtują cię albo zniszczą**

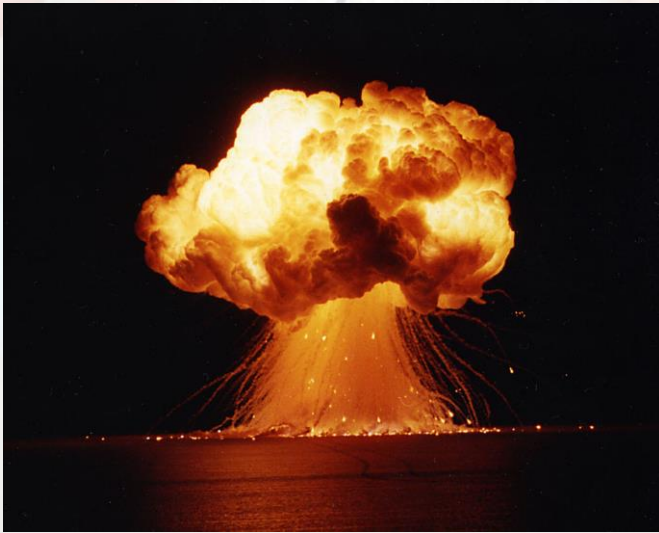
7 nawyków skutecznego nastolatka



7 Nawyków skutecznego nastolatka, Sean Covey; Dom Wydawniczy Rebis, Poznań 2011; str.19

2 typy reagowania

Reaktywni czy proaktywni czyli co wybierasz?
Gazowany napój czy niegazowana woda?



[To zdjęcie](#), autor: Nieznany autor, licencja: [CC BY-SA-NC](#)



[To zdjęcie](#), autor: Nieznany autor, licencja: [CC BY-SA-NC](#)

Różnice w reagowaniu na otaczający świat

reaktywni

- drażliwi,
- obwiniają innych,
- narzekają i skarżą się,
- czekają, na to co im się przydarzy,
- dokonują zmian tylko wtedy, kiedy muszą,
- łatwo wpadają w złość, mówią zanim pomyślą

proaktywni

- nie są drażliwi,
- biorą odpowiedzialność za swoje decyzje,
- myślą zanim podejmą działanie,
- szybko podnoszą się po porażce,
- zawsze znajdują sposób,
- nie przejmują się rzeczami na które nie mają wpływu

Perspektywa czasowa

przeszłość-teraźniejszość-przyszłość

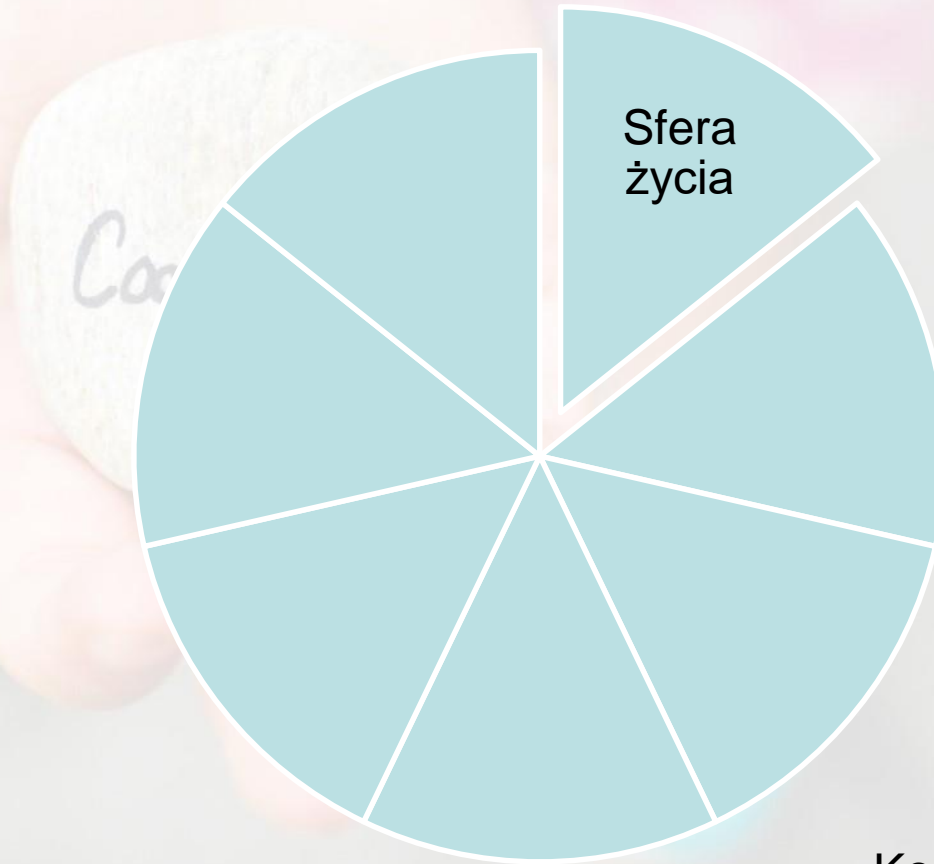
Cooperative

Po co nam cele?

- nadają kierunek działaniom,
- dodają energii i zaangażowania w działanie,
- pozwalają dłużej wytrwać w działaniu, uporządkują myśli,
- ustalają priorytety i pozwalają ustalić plan działań.

Kaizen, jak osiągać wielkie cele małymi krokami. T. Miler, wyd. Słowa i Myśli

Określanie celu



Koło rozwojowe

Określanie celów

- **Pozytywny** (tylko to, czego osoba chce mieć więcej)
- **Opisany** (co to znaczy dla niej np. dobra praca)
- **Konkretny** (nawet dziecko zrozumie cel klienta)
- **Ambitny** (musi być dla niego wyzwaniem)
- **Realny** (musi być od niego zależny)
- **Mierzalny** (skąd będzie wiedział, że osiągnął cel?)
- **Skonkretyzowany** – jednoznaczny, zrozumiały dla innych,
- **Mierzalny** – tak sformułowany, by można było liczbowo wyrazić stopień realizacji celu,
- **Ambitny** – musi stanowić określoną wartość dla tego, kto będzie go realizował,
- **Realny**–możliwy do osiągnięcia,
- **Terminowy** - Określony w czasie, powinien mieć dokładnie określony horyzont czasowy w jakim zamierzamy go osiągnąć.

Model Grow

- Goal Cel
- Reality Rzeczywistość
- Options Opcje
- Will Wola (działanie)

Określanie celów czyli jak możemy wykorzystać metodę Kaizen by pomóc dzieciom realizować cele

- małe kroki, duże zmiany,
- konsekwencja i wytrwałość,
- wolniej znaczy szybciej-skuteczna zmiana jest powolna,
- mniej, znaczy więcej,
- wybieraj proste rozwiązania, nie czekając na idealne,
- problemy stwarzają możliwości-zmiana nastawienia,
- rób małe błędy, żeby uniknąć dużych.

Określanie celów

3 rodzaje braku efektywności:

- muda - wszystko co bezużyteczne i niepotrzebne,
- mura – nieregularność,
- muri - nadmierne obciążenie pracą.

Inne narzędzia-określanie

1. Wypisz wszystkie cele jakie przychodzą Ci do głowy
2. Wykreśl z nich 80%
3. Z pozostałych znowu wykreśl 80%
4. To co zostało to lista najważniejszych dla Ciebie celów

Inne narzędzia-określanie

1. Dokąd zmierzam?
2. Gdzie aktualnie jestem?
3. W jaki sposób mogę pokonać odległość pomiędzy miejscem, w którym jestem, a miejscem, do którego zmierzam?

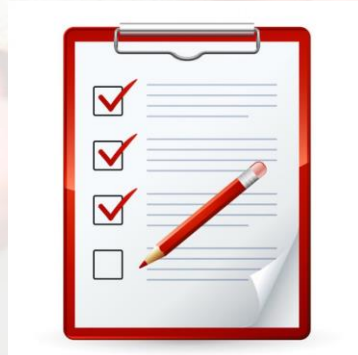
Inne narzędzia-określanie i monitorowanie

Pokazanie przykładów prac lub osiągnięć o różnej jakości
i poproszenie by uporządkował/ła je według kryteriów
sukcesu

Inne narzędzia-monitorowanie


Wizualizacja kryteriów sukcesu poprzez:

- prezentowanie ich w formie tabel oceny wyników,
- list kontrolnych,
- innych pomocy wizualnych



Cel: Korzystając z informacji pochodzących z map, wykresów i grafów, rozpoznaj cechy charakterystyczne różnych krajów zachodnioeuropejskich			
Potrafię:	Jeszcze nie	Prawie	Potrafię
korzystać z map, by porównać różne formy ukształtowania terenu			

zdjęcia, autor: Nieznany autor, licencja: CC BY-NC

A hand is shown holding a smooth, light-colored stone. The word "Cooperative" is written in a cursive, light-colored font on the surface of the stone. The background is a soft, out-of-focus image of a person's face, suggesting a focus on human values and community.

Zacznij tam gdzie jesteś.
Wykorzystaj to, co posiadasz i zrób to, co
możesz.

(Artur Ashe)

Co warto przeczytać

- 7 Nawyków skutecznego nastolatka, Sean Covey; Dom Wydawniczy Rebis, Poznań 2011
- Chcę być kimś! Czyli jak osiągać cele w czasach, gdy wszyscy dookoła mają wywalone cz.1-3, Wyd. Mind&Dream Michał Zawadka, 2016
- Zjedz tę żabę, B. Tracy, Wyd. Onepress, 2016
- Kto zabrał mój ser? S. Johnson M.D., studio Emka, 2003
- Kazein, jak osiągać wielkie cele małymi krokami, T. Miler, Wyd. Słowa i Myśli, Lublin 2017