Logro de Objetivos.

Por: Jaime Acuña J.

Una de las razones principales por las que la gran mayoría de personas fallan en la tarea de lograr lo que se proponen, es que las personas no renuevan o cambian sus metodos o planes de trabajo, que hasta ahora no les ha dado el resultado deseado.

Vamos a ver los tres pilares sobre los cuales se fundamenta la vida de una persona de éxito:

1. *Reconocer que uno es el único responsable de su propia vida, y de todo lo que ocurre en ella. Aprender, que la vida propia no debe ser resultado de las decisiones de alguien mas que si mismo. Cuando esto se acepta la vida empieza a cambiar.*
2. *Definir claramente los objetivos. Se deben definir que es lo que se desea obtener. Sin saber hacia donde se va es dificil obtener o lograr llegar a algun punto.*
3. *Podemos aprender lo que sea necesario, para lograr los objetivos. Se debe estar consciente de que podemos adquirir las habilidades que necesitemos con el fin de lograr nuetras metas. Nadie nace aprendido, y aquellos que hoy se encuentran en la cima, algún día no tuvieron ni idea de lo que ahora hacen. Nadie es másinteligente ni mejor que uno. Todas las aptitudes necesarias para lograr alcanzar nuestros objetivos se pueden aprender.*

Metodo para alcanzar objetivos y metas.

El siguiente es un proceso basado en una publicación del celebre entrenador o Coach norteamericano Bryan Tracy.

Uno de los primeros pasos que debemos hacer es:

1. *Decidir exactamente las áreas en las cuales se quieren lograr alcanzar grandes objetivos.*

   Empezar a visualizar, imaginar que no hay limitaciones en lo que quieres ser, tener o hacer. Imaginar que se tiene todo el tiempo, el dinero, los amigos, los contactos, la educación y experiencia necesaria que se necesita para lograr alcanzar y realizar las metas y objetivos propuestos.Imaginar que se puede efectivamente mejorar cada de las siguientes áreas de la vida hasta hacerla perfecta.

   - *INGRESOS. Cuanto desearía ganar este año, el año entrante y los siguientes 5 años.*
   - *FAMILIA. Que estilo de vida desea para Ud y su familia.*
   - *SALUD. Como debería ser su salud, que mejoraría en cada aspecto de su*

vida para lograr que sea perfecta.

- *PATRIMONIO. En cuanto desearía incrementas su patrimonio.*

Escriba lo primero que se le viene a la mente, como sus 3 más importantes objetivos. Probabemente sea una imagen de lo qe realmente Ud, quiere en la vida.

2. *Escribir exactamente lo que se quiere alcanzar es una manera muy efectiva de empezar con el proceso de logro de objetivos. Es importante, definir claro y especificamente, mesuradamente, con la mayor cantidad de detalles los objetivos y metas que se quieren alcanzar. Los objetivos deben ser medibles, razonables y detallados. La descripción de los objetivos debe ser de tal forma como si se estuviese redactando una orden de pedido a una fábrica que se encuentra en un sitio lejano. Se debe hacer una descripción clara y detallada en todos los sentidos de los objetivos deseados.*

Solo un pequeño porcentaje de las personas adultas han escrito objetivos y/o trabajadon para lograrlos.

3. *Definir un límite. Nuestro sub-consciente entiende los límites como sistemas forzados o medios de presión que lo guía a trabajar en la dirección de lograr los objetivos propuestos. Si sus objetivos son demasiado grandes, dividalo en etapas con pequeños objetivos, a lograr en término mediano y corto plazo. Si dese*

alcanzar la independencia económica, debe al menos definir de 10 a 20 objetivos en el año y cumplirlos año tras año. Si hay un objetivo que no se pueda alcanzar, en el plazo acordado, divída ese plazo en pequeños objetivos de corto plazo. No hay meta que no se pueda alcanzar, solo hay plazos muy cortos.

4. *Identifique los Obstáculos. Se deben identificar los obstáculos que hay que superar para lograr los objetivos.*

   Hay una regla que maneja las limitaciones u obstáculos que disminuyen la velocidad con la cual se logra alcanzar los objetivo; esta teoría define que un 80% de los obstáculos son internos de cada persona y un 20% de las razones para no superar estas barreras son externas. Para superar estos inconvenientes siempre se debe iniciar por superar sus propias barreras internas.

5. *Identifique los conocimientos, información y habilidades que necesita desarrollar para alcanzar los objetivos y metas propuestas.*

   Gran descubrimiento: Sus debilidades en sus capacidades, conforman o definen el taamaño de sus ingresos. Ud puede progresar rápidamente, mejorando o incrementando sus capacidades o mejorando las que estan impidiendo su progreso.

   Pregunta clave: Cual sería la aptitud o habilidad que al mejorarla tendría un gran impacto positivo en su vida.

   Cualquiera que sea esa falta de capacitación escríbala y definala para trabajar

en superarla cada día.

6. *Identifique las personas o grupos de personas que pueden ayudarle o cooperar en conseguir los objetivos que se propuso alcanzar.*

   Haga una lista de las personas que pueden ayudarle, y con las cuales Ud, tendría que hablar o relacionarse para obtener una ayuda. Empiece por los miembros de su familia, de los cuales debe obtener colaboración y soporte. Incluya sus compañeros de trabaj, jefes y/o empleados suyo; especialemente incluya potenciales clientes suyos a los cuales Ud, tendría que vender sus servicios o productos para obtener los ingresos que ud desea tener. Una vez haya identificado a las personas que puedan ayudarlo piense que puede dar a cambio por suayuda.

   Para lograr grandes objetivos Ud va tener que tener la ayuda de mucha gente, o muchas personas, pero una persona clave en un determinado momento y lugar en su vida va a hacer la diferencia. Las personas más exitosas, siempre han tenido grandes redes de amigos o conocidos, que pueden ayudarlos, y al mismo tiempo ellos pueden ayudar.

7. *Haga una lista de todas las cosas que tendrá que hacer para alcanzar sus objetivos. Combina los obstáculos que tiene que superar con las habilidades que tiene que adquirir y/o desarrollar y las personas que va a necesitar, para lograr avanzar en la consecución de sus objetivos.*

Haga una lista de las etapas por las cuales Ud, debe pasar hasta lograr lo que desea, y descríbala en una serie de ítems. Tan pronto como vaya descubriendo más ítems, agreguelos a la lista, hasta que complete todo el proceso programado para llegar a conseguir lo que quiere.

8. *Organice la lista de etapas, y haga un plan o proyecto. Organice la lista por orden prioritario y secuencial.*

   Secuencial: Que tendrá que hacer antes de seguir con la siguiente etapa

   Prioritario: Que es mas importante que otro.

   Hay una regla que define que el 80% de los resultados provienen del 20% de sus actividades. El primer 20% del tiempo o de sus actividades, o tiempo empleado en la planificacion o proyección de su objetivo, le dará el 80% del valor al tiempo y esfuerzo para lograr conseguirlo. La planificación es muy importante.

9. *Haga un plan. Organice su lista en una serie de etapas, a través de las cuales, Ud, llegará a su objetivo. Cuando Ud tiene un plan, Ud incrementa las probabilidades de éxito entre un 10% a un 100%.*

   - *Planee cada día, cada semana, y cada mes de aquí en adelante.*
   - *Planee cada mes al comienzo del mes.*
   - *Planee cada semana el fin de semana anterior.*
   - *Planifique cada día, la noche anterior.*

A más detallado o más cuidoso sea Ud en la planificación de sus actividades, menos tiempo requerirá para completarlas o realizarlas. La regla es que cada minuto que Ud invierta en la planificación de sus actividades, le ahorrará 10 en la ejecución. Esto sigifica que Ud obtiene un 100% de retorno de su inversión de tiempo en la planificación de sus días, semanas y meses en adelante.

10. *Seleccione la taréa más importante de cada día. Defina sus prioridades, utilizando la regla 80/20.*

    Hagase la siguiente pregunta: ¿Si pudiera hacer solo una cosa de la lista, cual sería esa actividad mas importante que debería hacer.? Cualquiera que sea esa actividad coloquela en primer lugar de las actividades de la lista. Después hagase la siguiente pregunta. ¿So solo pudiese hacer una sola cosa del resto de la lista de actividades, cua sería? Y coóquela en el segundo lugar de la lista de actividades. Continúe preguntandose cual sería la mejor y mas valiosa forma de aprovechar el tiempo en esa lista de actividades, hasta que complete la lista por secuencia y prioridad.

    Hay una pregunta más que hacer. ¿Si solo pudiese hacer una solo cosa durante todo el día, cual sería la actividad que más o mejor valor daría a su trabajo, y a sus objetivos?

    El enfoque y la concentración son la clave para el éxito. Enfoque significa que Ud sabe exactamente lo que necesita para lograrlo y concetración significa que

Ud se dedica así mismo para lograr hacer las cosas que lo acercan a su objetivo.

11. *Desarrolle el hábito de autodisciplina. Una vez Ud halla definido sus tareas más sencillas, concentrese en completar el 100% de cada una. La habilidad que Ud desarrolla en completar cada etapa de su lista de tareas, y trabajar en ella concenciudamente, sin distracciones, o diversiones, doblará otriplicará la calidad de su productividad.*

    El manejo individual de tareases una de las más poderosas técnicas de gestión de tiempo. Esto significa que cuando inicia una tarea Ud debe evitar las distracciones, y se mantiene con la tarea hasta que esté resuelta. Cuando halla desarrollado la técnica de completar cada taréa, ud ganará de 5 a 10 veces más tiempo que las demás personas.

12. *Practique la visualización de sus objetivos. Cree imágenes vívidas, claras, y excitantes del momento en que tendra el logro de sus objetivos, tal como si ya obtuviese alcanzado sus logros y fuesen ya una realidad.*

    Vea sus objetivos, como si ya los hubiése hecho o alcanzado. Imagínese a si mismo disfrutando del logro de sus objetivos. Si es un carro imagínese a si mismo conduciendo ese carro. Si son unas vacaciones, imagínese a si mismo disfrutando de esas vacaciones. Si su sueño es una casa, imagínese así mismo viviendo en una hermosas casa.

    En la visualización, tomese algunos momentos en la creación de las emociones,

que acompañan el logro de haber realizado su sueño y obtenidos sus objetivos.Una imagen mental acompañada de sus emociones, tendrá un enorme impacto en su mente sub-consciente y en su mente super-consciente.

La visualización es quizá la más potente facultad para poder lograr rápidamente alcanzar sus objetivos.

Cuando Ud usa la combinación de objetivos claros, combinados con una visulización emocional, Ud, activa su mente super-consciente. Su mente super-consciente, resuelve cada problema en vía de lograr sus objetivos.

Su mente super-consciente activa la ley de la atracción en su vida y comienza a atraer a su vida la gente, circunstancias, ideas y recursos que van a ayudarlo en alcanzar sus metas, incluso más rápido de lo que Ud esperaba.

13. *Fijación de Objetivos. Toma una hoja de papel en blanco y escriba "Objetivos" al inicio de la hoja, con la fecha de hoy. Disciplínese en almenos definir 10 objetivos a alcanzar durante cada año.*

    Empiece cada objetivo con la palabra. "Yo" solo Ud puede utilizar la palabra "Yo". Después de la palabra "Yo" escriba un verbo de acción que funcione como un comando de su mente consciente a su mente sub-consciente.

    Describa su objetivo en tiempo presente tal como si ya hubiése logrado lo que se propuso o obtenga lo que quiere.

    Si su objetivo es lograr obtener una cantidad definida de dinero en un año su

objetivo será. "Yo, tengo en mi cuenta bancario para el final de este año, $Tal cantidad..de dinero".

Si su objetivo es tener un nuevo automóvil Ud dirá: "Yo, conduzco un automóvil de tal marca, tal modelo, en tal mes de este año"

Finalmente, sus objetivos deben ser declarados en forma positiva y en vez de decir: "Yo, trataré,..." debes decir "Yo, tengo...."

Siempre establezca sus objetivos tal como si ya los hubiése logrado, como si ya los hubiése cumplido. Esto activa su mente sub-comnsciente y super-consciente para cambiar su realidad externa de tal forma que esto coincida con sus deseos internos.

APLICA ESTOS PRINCIPIOS EN TU VIDA.....Y LLEGARAS A LA CONCLUSION DE QUE NADA ES IMPOSIBLE DE REALIZAR.!

Para informes sobre cursos y Video-cursos visita nuestro sitio:

http://www.stmeu.com/VideoCurso/

©Jaime Acuña Jimenez Email: jaimeacuna_4@yahoo.es