Một trong những kỹ năng không thể thiếu trong cuộc đời của các bạn nói riêng và của Echo HN nói chung, chúng ta phải có đường đi nước bước, phải có đường đi nước bước, hướng đi, mục tiêu rõ ràng thì mới hành động kiên định và đạt được cái mục đích đó. Giá trị sức mạnh của mục tiêu thì chắc hẳn tôi không cần phải nói nhiều. Tôi xin trình bày cách đặt mục tiêu để các thành viên có thể tham khảo và đặt mục tiêu cho bản thân cũng như cho Echo HN.  
  
1) Bạn phải biết chính xác mình muốn gì. Chỉ có vậy bạn mới phát triển được chiến lược cụ thể và tập trung mọi nỗ lực để đạt mục tiêu đó  
  
2) Thành công ít khi do may mắn, phần nhiều nhờ dựng công thiết kế của bạn  
  
3) Những điều sau cản trở nhiều người thiết kế vận mệnh của mình:  
+ Niềm tin giới hạn  
+ Thật sự không biết rõ mình muốn gì  
+ Sợ thất bại  
+ Ham thích một cuộc sống êm đềm  
+ Cho rằng việc đặt mục tiêu không đạt lại hiệu quả  
  
4) Những yếu tô quan trọng của mục tiêu  
+ Cụ thể và đo lường được  
+ Đam mê và hứng thú  
+ Mục tiêu lớn mang lại ý tưởng và kết quả vượt trội  
  
5) Bạn phải thiết kế vận mệnh của mình trên những phương diện  
+ Phát triển cá nhân  
+ Sự nghiệp và kinh doanh  
+ Tài chính và lối sống  
+ Gia đình và bạn bè  
+ Đóng góp cho xã hội  
  
6) Quy trình bảy bước đạt mục tiêu  
  
a. Cụ thể bạn muốn đạt điều gì ?  
Thời hạn bao lâu ?  
  
b. Bạn có thể mô phỏng những người thành công nào ?  
  
c. Bạn cần hành động như thế nào để đạt được mục tiêu ?   
Thời hạn cho từng hành động ? Hãy lên lịch cụ thể trong quyển sổ tay của bạn.  
  
d. Bạn cần những điều kiện gì? (nhân lực, tiền bạc, tài năng, kỹ năng, v..v...)  
  
e. Ba hành động cụ thể trong vòng 36 giờ là gì?  
  
f. Tại sao bạn phải đạt được mục tiêu này?  
  
g. Hãy hình dung về mục tiêu này mỗi ngày.

|  |
| --- |
| [**Đặt mục tiêu và tự thưởng**](http://www.globaledu.com.vn/Thong-Tin-Chi-Tiet/2485/Dat-muc-tieu-va-tu-thuong) |
| [[http://www.globaledu.com.vn/ViewThumbnailImage.aspx?file=/Upload/images/KNHT/muctieu.jpg&maxsize=200](http://www.globaledu.com.vn/Thong-Tin-Chi-Tiet/2485/Dat-muc-tieu-va-tu-thuong)](http://www.globaledu.com.vn/Thong-Tin-Chi-Tiet/2485/Dat-muc-tieu-va-tu-thuong)  ***Học một ngoại ngữ quả là một công việc không dễ dàng chút nào. Đặc biệt là bạn muốn học thật giỏi và muốn sử dụng thành thạo ngôn ngữ đó. Trên con đường học tập đầy gian truân ấy hẳn không ít lần bạn cảm thấy chán nản và muốn bỏ cuộc.***  Bởi vậy, [Global Education](http://www.globaledu.com.vn/Intro.aspx) muốn giới thiệu một [kinh nghiêm học tập](http://www.globaledu.com.vn/ViewContent.aspx?CatID=4) khá hữu dụng trong việc học tiếng Anh của mình. Đó là đặt mục tiêu và tự thưởng cho những thành quả của mình.  **Lời khuyên 1: Đặt ra các mục tiêu ngắn hạn cho bản thân.**  Tất nhiên mục tiêu chính của bạn là nâng cao trình độ Tiếng Anh một cách tốt nhất có thể được rồi. Mục tiêu này là sợi chỉ đỏ xuyên suốt và chỉ đạo quá trình học tập của bạn. Nhưng việc này không thể một sớm một chiều là đạt được. Trong suốt thời gian đó, sẽ có những lúc bạn có thể cảm thấy rơi vào tuyệt vọng và không muốn cố gắng nữa chỉ vì không cảm thấy mình có chút gì tiến bộ. Bởi vậy, những mục tiêu nhỏ trong từng giai đoạn sẽ giúp bạn có thêm động lực vì bạn nhìn thấy thành quả những cố gắng của mình. Mỗi thành quả dù là rất nhỏ thì nó vẫn có ý nghĩa. Với bất kỳ vấn đề gì có thể làm bạn đau đầu hãy đề ra mục tiêu là phải giải quyết nó. Ví dụ: bạn đặt mục tiêu nâng cao vốn từ vựng. Vậy thì mỗi ngày bạn phải học thuộc bao nhiêu từ mới, làm bao nhiêu bài tập từ vựng hoặc đọc mấy bài đọc hiểu. Tất cả những cái đó cần rất cụ thể và chi tiết. Thời gian dài hay ngắn còn tùy vào khả năng thực hiện. Nhưng tốt hơn là không nên quá 60 ngày.  **Lời khuyên 2: Hãy tự thưởng cho những thành quả của mình!**  Có những vấn đề khiến bạn vô cùng căng thẳng và mất rất nhiều thời gian. Vậy thì tại sao mỗi lần bạn đạt được một mục tiêu nào đó, bạn không tự thưởng cho mình một cách xứng đáng? Phần thưởng này sẽ khuyến khích bạn phải tiếp tục cố gắng và đạt được thành quả lớn hơn nữa.  **Lời khuyên 3: Hãy viết ra giấy!**  Những mục tiêu cần phải viết ra một cách chi tiết và rõ ràng. Bạn hãy viết chúng ra giấy và đọc chúng ít nhất là một lần trong ngày. Điều này sẽ giúp bạn tập trung vào việc hoàn thành các mục tiêu vì bạn hoàn toàn có khả năng đạt được. Mỗi mục tiêu cần có mốc thời gian để hoàn thành. Nếu bạn không định trước một khoảng thời gian để hoàn thành công việc, bạn có thể hoặc là sẽ sao lãng hoặc mất quá nhiều thời gian. Kết quả tất yếu là mục tiêu không được hoàn thành.  **Lời khuyên 4: Hãy tin tưởng vào khả năng của bản thân.**  Hãy đặt những mục tiêu mang tính khả thi. Đừng đạt ra mục tiêu mà chính bản thân bạn cũng biết là mình không thể đạt được. Bạn sẽ bị mất tập trung và mất phương hướng mỗi khi gặp trở ngại. Bạn sẽ cảm thấy tốt hơn nhiều nếu bạn tự cảm thấy tự tin rằng bạn có thể hoàn thành các mục tiêu mà mình đặt ra cho bản thân.  Thử tưởng tượng cảm giác của bạn sẽ như thế nào một khi bạn đạt được mục tiêu của mình. Rất tuyệt vời đúng không? Bạn có thể giao tiếp một cách tự tin băng tiếng Anh, bạn có thể được điểm số cao trong kỳ thi, được thầy cô và bạn bè ngưỡng mộ. Đây hoàn toàn không giống với việc bạn mơ giữa ban ngày. Cảm giác tuyệt vời đó sẽ tiếp thêm sự lạc quan, tin tưởng để bạn tiếp tục cố gắng. Bạn sẽ đến gần mục tiêu hơn vì bạn nhìn thấy hình ảnh mình trong đó.  **Lời khuyên 5: Lập một kế hoạch hành động cụ thể.**  Không cần biết mục tiêu của bạn là ngắn hạn hay dài hạn, hãy lập kế hoạch chi tiết những công việc cụ thể bạn sẽ làm và khoảng thời gian cần thiết để hoàn thành nó. Thậm chí nếu mục tiêu của bạn chỉ mất một giờ để hoàn thành.  Trong bản kế hoạch hành động này, bạn nên liệt kê một cách trình tự tất cả các bước cần thiết để tiến gần đến mục tiêu. Mỗi bước như vậy chính lại là các mục tiêu nhỏ hơn nữa. Bằng cách chia nhỏ những mục tiêu lớn thành các mục tiêu nhỏ hơn, bạn sẽ cảm thấy mọi cố gắng trở nên dễ dàng hơn bởi vì thành quả đang nằm trong tầm tay của bạn. Các mục tiêu của bạn sẽ dễ kiểm soát hơn bởi vì bạn biết chính xác bạn đã làm được gì và cần phải làm gì nữa để đạt mục tiêu cuối cùng.  Tóm lại, “có công mài sắt có ngày nên kim”. Tôi tin rằng, nếu kiên trì bền bỉ với mục tiêu của mình và có phương pháp học đúng đắn thì chắc hẳn bạn sẽ nhanh chóng đạt được thành quả cao trong học tập. |

Tại sao bạn nên đặt mục tiêu?

Tự hỏi tại sao một số người thậm chí không thể đạt được một inch của những gì họ ước mơ trở thành? Tự trách nó vào trong sạch thơ mộng, thiếu các thiết lập mục tiêu để đạt được ước mơ của mình.

Thiết lập mục tiêu là một phần của sự thành công đáng kể và tích cực accomplishments. Nó giống như một nhân rộng 20 feet đánh dấu sớm xây dựng và bàn chân trên những gì bạn muốn đạt được trong thời gian này, cụ thể.

Những người đặt mục tiêu War tạo ra một bản đồ của họ nhắm mục tiêu thành tích đạt được trong cuộc sống, đánh dấu nơi họ sẽ bắt đầu, nơi nào để tạm dừng, nơi đến delve một chút, và ở đâu và khi nào thì dừng lại. Sau khi bản đồ này được tạo ra, nó cho phép các bản đồ để kiểm tra ngăn nơi ông là trong các chương trình của sự vật và hay không anh ta làm một số thành tựu mà anh ta sẽ mất gần hơn đến mục tiêu của mình.

Bằng cách đặt mục tiêu, mọi người sẽ biết làm thế nào mà họ đang làm và những gì họ cần phải làm để đạt được mục tiêu hoặc ước mơ của họ trong cuộc sống. Họ sẽ biết nếu họ có thể thư giãn hoặc nếu họ đã có những nỗ lực của mình để đôi khi họ đang rơi xuống ngắn hạn của những gì được mong đợi của họ.

Thiết lập mục tiêu có nghĩa là một người là chủ động trong đối phó với những thách thức mà có thể ảnh hưởng đến kế hoạch của mình. Đang chủ động có nghĩa là ai có thể phác thảo có thể có những khó khăn có thể xảy ra, cũng như các giải pháp cho các khó khăn này. Bằng cách này, một người không phải là dễ dàng đánh bại hay sợ hãi khi xảy ra những thách thức bởi vì anh ta đã chuẩn bị sẵn sàng cho họ. Anh ta biết rằng họ có thể xảy ra và anh đã chuẩn bị sẵn sàng một giải pháp hay chiến lược khi mà thời gian đến.

Thiết lập mục tiêu sẽ cho phép mọi người để theo dõi sự tiến bộ của mình trong bất cứ toan họ đã đặt ra để làm. Nó sẽ giúp mọi người trở nên tự tin trong bản thân động cơ và nhiều hơn nữa để đạt được kế hoạch của họ.

Tuy nhiên, mục tiêu thiết lập là không đủ, vì như vậy sẽ được kèm theo một outlook tích cực và tự kỷ luật. Một người có thể có một blueprint nơi anh muốn đi, nhưng nếu anh ta không có kỷ luật cần thiết để thực hiện kế hoạch, sau đó không có gì sẽ đi ra khỏi nó.

Để được thành công trong việc thiết lập mục tiêu, là một trong những mục tiêu đã đặt ra cho mình cần phải thực tế và dựa trên khả năng của mình, cũng như lựa chọn và yếu tố quan trọng bên ngoài. Đang quá đầy tham vọng trong việc thiết lập các mục tiêu có thể thực hiện được mục tiêu unrealistic và khó khăn để đạt được. Tuy nhiên, không còn đặt mục tiêu là quá thấp, có thể bởi vì các tầm nhìn của một trong những thay vì đạt được nó.

Đó cũng là cần thiết rằng những người thiết lập các blueprint hướng cho mình cũng nên bao gồm một khung thời gian mà mục tiêu sẽ đạt được. Bằng cách này, ông có thể để xác định xem anh đã nhanh chóng để theo dõi các chiến lược của mình, hoặc làm chậm một chút. Mục tiêu thiết lập cũng sẽ giúp đỡ một người kiểm tra xem nếu anh ta thực hiện trong kế hoạch của mình, hoặc nếu anh ta làm việc theo hướng đạt được các kế hoạch của mình.

Một khi bạn đã đạt được cái gì, ngay cả một chút về những gì bạn kỳ vọng để đạt được, sau đó bạn nên luôn luôn đưa ra cho bạn một pat ở phía sau để giữ cho bạn động cơ. Nhưng không được quá ít công nghiệp với bất kỳ thành tích, như thế này có thể gây ra bạn backslide.

Thiết lập các mục tiêu có thể được sử dụng trong bất kỳ một trong những khía cạnh của cuộc sống - từ một trong những cá nhân của người hoặc cuộc sống gia đình, cho nghề nghiệp của mình và tài chính. Mục tiêu có thể được cài đặt như cài đặt đơn giản như là một mục tiêu trọng khi bạn muốn mất cân Anh hoặc cái gì lớn, như thu đầu tiên của bạn triệu đồng.

Khi thiết lập các mục tiêu, nó luôn luôn là điều quan trọng để thiết lập các tiêu chuẩn mà có thể phù hợp với tình hình hiện tại của bạn, khả năng của bạn, và các yếu tố khác có thể ảnh hưởng tới đạt được các mục tiêu của bạn.

* “ Xin ông cho tôi biết tôi nên đi đường nào?”
* “Còn tùy vào cô bé muốn đi đâu?” - con mèo hỏi lại.
* “Tôi cũng không biết là đi đến đâu nữa” – Alice trả lời.
* “Vậy thì đi đường nào cũng không có gì quan trọng!”

(Trích “Alice lạc vào xứ thần tiên”)

Quá trình học đại học là một quá trình đấy gian nan và thử thách mà không ít lần chúng ta cảm thấy chán nản và muốn bỏ cuộc. Việc có được một ý niệm rõ rang rằng bạn mong muốn đạt được gì sau khi ra trường sẽ thôi thúc khát khao của bạn và là động lực để bạn học tập hiệu quả hơn. Ý niệm đó, hay nói cách khác là mục tiêu, sẽ dẫn đường cho quyết định và hành động của bạn. Nếu ví việc học đại học như xây một ngôi nhà thì việc xác định mục tiêu chính là bản vẽ của ngôi nhà ấy. Học tập không mục tiêu sẽ giống như hành động đặt những viên gạch trát vữa chồng lên nhau để rồi ta không thể biết được thành quả thực sự của công viêc đó là gì.

Thông thường, những mục tiêu bậc đại học thường được chúng ta đặt ra như tốt nghiệp với tấm bằng loại giỏi; có đầy đủ kỹ năng để làm việc ngay khi ra trường; hoặc đặt nền tảng để học lên cao học, tiến sĩ. Những mục tiêu đúng và cụ thể như vậy sẽ thúc đẩy chúng ta hành động. Một sinh viên với mục tiêu tốt nghiệp loại giỏi sẽ hăng say học tập, đào sâu và mở rộng kiến thức, áp dụng những phương pháp hiệu quả để đạt kết quả cao. Với mong muốn có đầy đủ kỹ năng, bên cạnh việc học chuyên môn, bạn sẽ hướng tới việc tham gia vào các khóa học kỹ năng và ngoại ngữ, năng nổ hoạt động trong câu lạc bộ kỹ năng mềm và các hoạt động xã hội. Hoặc khi có quyết định sẽ học cao hơn, quá trình học sẽ là quá trình bạn nghiên cứu và thể nghiệm, sang tạo ra những mô hình và chủ động tự tìm tòi cái mới. Những mục tiêu đó sẽ giúp bạn vượt xa hơn khả năng bình thường và đạt những kết quả tuyệt vời nhất.

Để việc thiết lập mục tiêu hiệu quả bạn nên bắt đầu từ những mục tiêu lớn mà ở đó bạn cảm thấy vô cùng hạnh phúc khi đạt được. Những mục tiêu này nên cụ thể và hướng tới những việc bạn chưa từng đạt được trong quá khứ. Từ đó, chúng sẽ tự vẽ nên những con đường lớn mà bạn sẽ dễ dàng hoạch định được những mốc nhỏ hơn, cụ thể hơn cần phải đạt được. Việc tiếp theo phải làm là lên một kế hoạch hành động kèm theo một thời hạn cụ thể để tiến đến gần các mục tiêu. Bước này rất cần thiết vì hầu hết não bộ chúng ta đều có khuynh hướng trì hoãn công việc để tạo sự thoải mái. Tuy nhiên, kết thúc bước này vẫn chưa quyết định sự thành công của bạn, bạn phải hành động ngay tức khắc để tạo một bước chạy đà cho mục tiêu đã đề ra.

Khổng Tử từng dạy rằng “Dù bạn có tiến chậm như thế nào đi nữa cũng chẳng có vấn đề gì, miễn là bạn không dừng lại”. Đừng để những vấp váp nhỏ làm nản chí trong lúc bạn thực hiện những mục tiêu cao cả của cuộc đời bạn. Sự kiên trì và lòng dũng cảm sẽ mang lại những quả ngọt mà chỉ khi chấp nhận và vượt qua được thất bại bạn mới cảm hết được những hương vị mà nó mang lại.