

目標在望(I)

1. 目標就好像大海中的燈塔一樣，為我們提供一個清晰明確的方向。
2. 當我們有了目標，我們便有推動力向目標進發。在這過程中，我們會更加了解自己的需要及潛能，令我們的成長跨進一大步。
3. 訂立目標時需要考慮的因素：



- **目標要清晰** - 必需清楚明確和可量度的。
- **可行性** - 避免天馬行空注意有否忽略了其他生活事務及責任。
- **充分的時間** - 用多少時間去達到目標？定時作檢討及適當的調節。
- **個人能力** - 避免高估/低估自己的能力。
- **經驗** - 借助自己/別人經驗來為自己訂立一個設實可行的目標。
- **資源配合** - 不同的外界資源能協助我們增加達成目標的機會。
- **環境的限制** - 留意環境的限制，可減低或移除障礙。

