



S.M.A.R.T. – SPRYTNE CELE I MARZENIA

Mój cel / moje marzenie:

Sprecyzowany

Formułując cel powinieneś pamiętać, żeby był on JEDNOZNACZNY. Jeżeli masz problem z takim sformułowaniem celu wesprzyj się pytaniami pomocniczymi: Co chcę osiągnąć? Dlaczego chcę to osiągnąć? Jak chcę to osiągnąć?

Mierzalny

Formułując cel powinieneś określić: Jak zmierzysz postęp w realizacji celu? Skąd będziesz wiedział, że cel został osiągnięty?

Atrakcyjny

Powinieneś sobie odpowiedzieć na następujące pytania: Dlaczego chcę osiągnąć ten cel? Co się stanie, gdy osiągnę cel? Co się stanie, gdy celu nie osiągnę?

Zrób rachunek zysków i strat dla celu:

Co się stanie gdy zrealizuję cel?		Co się stanie gdy nie zrealizuję celu?	
Zyski	Straty	Zyski	Straty

Realistyczny

Przy formułowaniu celu powinieneś postawić sobie poprzeczkę trochę powyżej swoich obecnych możliwości i uwzględnić niezbędne do osiągnięcia celu: umiejętności, wiedzę, zasoby materialne i czas.

Terminowy

W Twoim celu powinny się znaleźć: data początku, termin zakończenia oraz daty poszczególnych etapów jeżeli będą (te ostatnie możesz też określić podczas tworzenia harmonogramu realizacji celu).

Ostateczny S.M.A.R.T. cel: