

التاريخ: \_\_\_\_\_

الاسم: \_\_\_\_\_

ندعوك إلى وضع هدف محدد بدقة ويمكن قياسه وتحقيقه ويكون ملائمًا ومقيّدًا بـمدة زمنية معينة (هذا هو الهدف الذكي). ثمّ عليك تقسيمه إلى عدة خطوات، وتحديد موعد لإنجاز كل خطوة.

| محدد بدقة                                   |
|---------------------------------------------|
| ما الذي أود أن أتوصّل إليه على وجه التحديد؟ |



| يمكن قياسه                    |
|-------------------------------|
| كيف سأقيس التقدم الذي أحرزته؟ |



| يمكن تحقيقه                    |
|--------------------------------|
| كيف سأصل إلى هذا الهدف وأحققه؟ |



| ملائم                        |
|------------------------------|
| هل يتناسب هذا الهدف مع قيمي؟ |



| مقيّد بـمدة زمنية معينة |
|-------------------------|
| متى سأحقق هذا الهدف؟    |





# مخطط الأهداف الذكية

ما هو هدفي؟

|  |
|--|
|  |
|  |
|  |
|  |

كيف سأقيس التقدم الذي أحرزته؟

تاريخ تحقيقه

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

تاريخ تحقيقه

الخطوات التي سأخذها للوصول إلى هدفي

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

كيف سأتعامل مع هذه الصعوبات؟

الصعوبات التي قد تواجهني

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

أدوات مفيدة

موارد مفيدة

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

