



پلان کننده اهداف هوشمند

اسم: _____

تاریخ: _____

هدفی را مشخص کنید که مشخص، قابل اندازه‌گیری، قابل دستیابی، مرتبط و دارای محدودیت زمانی (SMART) باشد. آن را به مراحل عملی تقسیم کنید، که هر کدام ضرب الاجل خاص خود را داشته باشد.

مشخص

دقیقاً می‌خواهم به چه چیزی دست پیدا کنم؟

S

قابل اندازه
گیری

چگونه موفقیت خود را پیگیری خواهم کرد؟

M

قابل
دستیابی

چگونه به این هدف خواهم رسید؟

A

مرتبط

آیا این هدف با ارزش‌های من مطابقت دارد؟

R

دارای
محدودیت
زمانی

چی زمانی به این هدف خواهم رسید؟

T



پلان کننده اهداف هوشمند

هدف من چیست؟

چگونه موفقیت خود را اندازه گیری خواهم کرد؟

تاریخ تکمیل

--	--

تاریخ تکمیل

مراحل رسیدن به هدفم

چگونه پاسخ خواهم داد؟

چالش‌های که ممکن است پیش بیاید

منابع مفید

ابزارهای مفید

