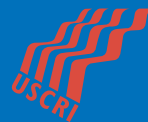


ПЛАНУВАЛЬНИК ЦІЛЕЙ ЗА МЕТОДОМ SMART



ІМ'Я : _____

ДАТА: _____

Визначте ціль, яка є конкретною (англ. specific), вимірюваною (англ. measurable), досяжною (англ. achievable), актуальною (англ. relevant) та обмеженою в часі (англ. time-bound) (SMART). Розбийте її на конкретні кроки, для кожного з яких визначте власний термін виконання.

S

**Specific
(Конкретна)**

Чого саме я хочу досягти?

M

**Measurable
(Вимірюва
на)**

Як я відстежуватиму свої успіхи?

A

**Attainable
(Досяжна)**

Як саме я досягну цієї мети?

R

**Relevant
(Актуальна)**

Чи відповідає ця мета моїм цінностям?

T

**Time-bound
(Обмежена
в часі)**

Коли я досягну цієї цілі?

ПЛАНУВАЛЬНИК ЦІЛЕЙ ЗА МЕТОДОМ SMART



Яка моя ціль?

Дата виконання

Як я вимірюватиму свій успіх?

--	--

Кроки для досягнення моєї цілі

Дата
виконання

Можливі труднощі

Як я реагуватиму?

Корисні інструменти

Корисні ресурси

