

SMART CIEĽ



X X

1. ŠPECIFICKÝ:

Čo konkrétne chcem dosiahnuť?

2. MERATEĽNÝ:

KOLKO?

AKO ČASTO?

AKO DLHO?

V KTORÉ DNI?

V AKÝ ČAS?

3. DOSIAHNUTELNÝ

Aké konkrétné kroky urobím?

-
-
-
-
-
-

Čo urobím ako prve?

Aký je môj plán?

-
-
-
-
-
-

Aké prekážky sa môžu vyskytnúť?

4. RELEVANTNÝ

PREČO SA OPLATÍ ÍSŤ ZA CIEĽOM?

PREČO TO CHCEM?

AKO TO ZMENÍ MÔJ ŽIVOT?

OPLATÍ SA MI INVESTOVAŤ ČAS, PENIAZE, ENERGIU?

5. ČASOVO OHRANIČENÝ

DOKEDY?