

# ПОСТАНОВКА

## ЦЕЛЕЙ



# ТЕХНОЛОГИЯ SMART


**SMART** содержит в себе

**5** критериев постановки целей:

- **Specific** – конкретная
- **Measurable** – измеримая
- **Achievable** – достижимая
- **Realistic** – реалистичная
- **Timed** - определенная по времени

**«Зарабатывать больше»  
в соответствии со **SMART**-критериям**

**«К 25 мая 2015 года я  
увеличиваю свой доход более чем  
на 35'000 рублей в месяц при  
сохранении времени на отдых»**

- 
- Ой, смотри, звезда падает.  
Загадай желание!
  - Я хочу много денег,  
большой бизнес...
  - Ой, смотри, обратно полетела...

# Цели декларируемые - что хотим?

Какова цель; что хотите получить?

**Личные**

**Социальные**

**Творческие**

--	--	--

## **Подлинные, достигнутые цели в прошлом?**

**Достижения, результаты, которыми можно  
похвалиться**

**Личные**

**Социальные**

**Творческие**

--	--	--

**Результаты декларируемые - что хотим  
получить?**

Что хотите получить, как результат вообще?

**Личные**

**Социальные**

**Творческие**

--	--	--

**Цель / результат в будущем - что точно можем  
получить?**

Какой результат наиболее реалистичен, под каким  
результатом я подписываюсь

**Личные**

**Социальные**

**Творческие**

--	--	--

--	--	--

--	--	--