

Plan celów

SMART

Specific (określone), **M**easurable (mierzalne), **A**tttractive (atrakcyjne),
Realistic (realistyczne) i **T**ime-bound (określone w czasie)

10 rzeczy, które chcę zrobić, posiadać lub kim chcę być lub się stać:

1. _____ Data: _____
2. _____ Data: _____
3. _____ Data: _____
4. _____ Data: _____
5. _____ Data: _____
6. _____ Data: _____
7. _____ Data: _____
8. _____ Data: _____
9. _____ Data: _____
10. _____ Data: _____

Wyznaczaj cele w cyklach 90-dniowych lub od wydarzenia do wydarzenia. Im bardziej konkretny jest dany cel, tym łatwiej będzie Ci opracować plan i go zrealizować.

Cele

90 dni: _____

1 rok: _____

3 lata: _____

5 lat: _____

Aby to osiągnąć, zobowiązuję się pracować _____ godzin tygodniowo z Zinzino.