



SMART-цели

Инструкция:

1. **Specific** - конкретные. Опишите цель максимально конкретно. Избегайте общих формулировок.
2. **Measurable** - измеримые. Определите, как вы будете измерять успех. Метрики должны быть ясными и конкретными.
3. **Achievable** - достижимые. Оцените, реалистична ли цель, исходя из доступных ресурсов, времени и навыков.
4. **Relevant** - актуальные. Убедитесь, что цель соответствует вашим более широким задачам или стратегическим целям.
5. **Time-bound** - ограниченные во времени. Установите срок выполнения цели, чтобы избежать прокрастинации.

SMARTER - расширенная версия для большей гибкости

6. **Evaluated** - оцениваемые. Определите, как часто и каким образом вы будете оценивать прогресс (например, еженедельные или ежемесячные отчёты).
7. **Revised** - пересматриваемые. Подготовьтесь к изменениям и пересмотру цели, если обстоятельства изменятся.

SMART-цели

Конкретные. Что именно вы хотите достичь?

S

Specific

Измеримые. Как измерить результат?

M

Measurable

Достижимые. Реальна ли цель?

A

Achievable

Актуальные. Соответствует ли цель вашим более широким задачам?

R

Relevant

Ограниченные во времени. Какой срок на выполнение?

T

Time-bound

SMARTER - расширенная версия

Оцениваемые. Как часто вы будете оценивать прогресс?

E

Evaluated

Пересматриваемые. Как будете адаптировать цель при изменениях?

R

Revised