

5 critérios para definir metas claras e objetivas

S	M	A	R	T
SPECIFIC	MEASURABLE	ACHIEVABLE	RELEVANT	TIME-BOUND
Específica O que você quer alcançar?	Mensurável Como você vai medir seu progresso?	Alcançável É realista e está no seu poder alcançar?	Relevante É relevante para seu objetivo maior?	Temporal Quando exatamente você quer alcançar?