

5 critérios para definir metas claras e objetivas

S

SPECIFIC

Específica

O que você quer alcançar?

M

MEASURABLE

Mensurável

Como você vai medir seu progresso?

A

ACHIEVABLE

Alcançável

É realista e está no seu poder alcançar?

R

RELEVANT

Relevante

É relevante para seu objetivo maior?

T

TIME-BOUND

Temporal

Quando exatamente você quer alcançar?