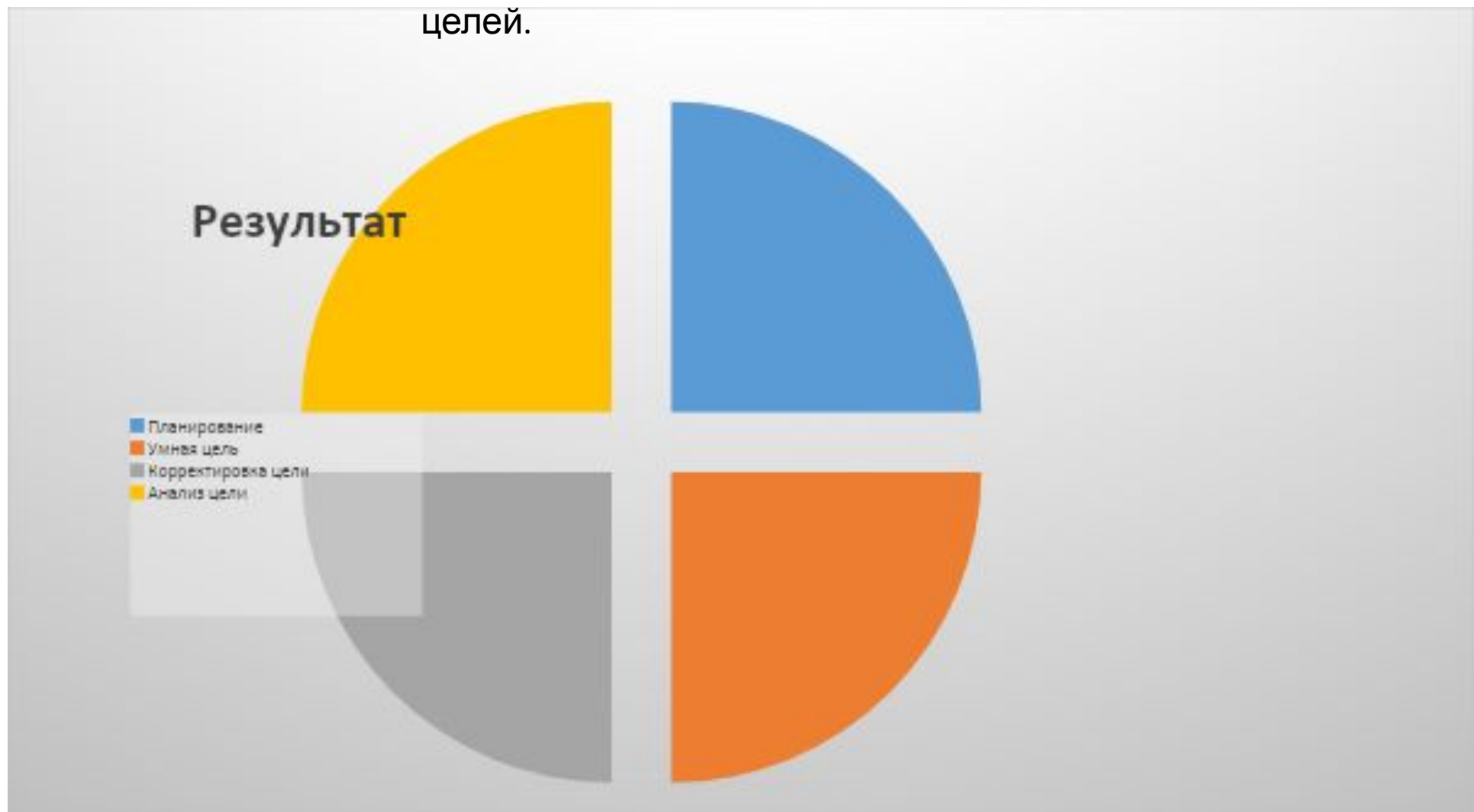




Схема эффективного достижения целей.



Specific

КОНКРЕТНЫЕ

Measurable

ИЗМЕРИМЫЕ

Achievable

ДОСТИЖИМЫЕ

Realistic

РЕАЛИСТИЧНЫЕ

Timed

ОПРЕДЕЛЕННЫЕ
ВО ВРЕМЕНИ

ПЛАНИРОВАНИЕ

Порядок планирования:

1. Определите временные дела «constants»
2. Определите задачи, расставьте приоритеты.
3. Определите время выполнения задач.
4. Определите запасное время
5. Финализируйте список задач.

Эмоциональная зависимость

Шабло
н

Рамк
и

Стереоти
п

Эг
о

Социально
е
мнение



