Чек - лист "Как достигать поставленных целей?"

Знакома ли вам ситуация, когда в каждый новый год своей жизни вы прописываете цели, но ни одну не получается достичь? Если ответ "да", то мой чек-лист поможет решить эту проблему!

1. Шаг 1. Распределите свои цели по сферам жизни

- [ ] **1.1** Отношения и семья
- [ ] **1.2** Здоровье и спорт
- [ ] **1.3** Карьера
- [ ] **1.4** Духовность и саморазвитие

2. Шаг 2. Разбейте цели на более мелкие шаги

- [ ] **2.1** Разделить каждую из долгосрочных целей на небольшие, конкретные задачи

  Например, если вашей целью является получение новой профессии, разбейте это на этапы: выбор направления, поиск учебного заведения/курсов, подача документов и тд.

- [ ] **2.2** Установить промежуточные метки на пути к каждой долгосрочной цели

  Установите промежуточные метки на пути к каждой долгосрочной цели. Это поможет вам следить за прогрессом и чувствовать себя ближе к достижению цели. В тех же финансах, например, если вы сейчас зарабатываете 50 тысяч, не нужно сразу ставить

цели на миллиарды. Это не реалистично в текущих условиях.

3. Шаг 3. Определите сроки

- [ ] **3.1** Установить конкретные даты или временные рамки

  Для достижения каждой из промежуточных меток и долгосрочных целей стоит указывать сроки. Это поможет сконцентрироваться на целях и не отвлекаться на мелкие ненужные дела.

- [ ] **3.2** Разделить сроки на краткосрочные, среднесрочные и долгосрочные

4. Шаг 4. Поставьте приоритеты

- [ ] **4.1** Оценить важность каждой из долгосрочных целей и промежуточных этапов

- [ ] **4.2** Решить, какие из них наиболее приоритетны и требуют больше внимания и ресурсов

5. Шаг 5. Оценка и разработка плана действий

- [ ] **5.1** Составить план, который включает в себя действия, ресурсы, ответственных и сроки

- [ ] **5.2** Определить, какие ресурсы потребуются для достижения каждой цели

  Подумайте о финансах, времени, знаниях, навыках и о контактах.

- [ ] **5.3** Оценить, какие из ресурсов уже есть, а какие требуется получать дополнительно

6. Шаг 6. Оценка и коррекция

- [ ] **6.1** Оценить прогресс по достижению долгосрочных целей и промежуточных этапов
- [ ] **6.2** Внести коррекции в план, если есть шаги, которые не приносят ожидаемых результатов

Помните, что достижение долгосрочных целей может занять много времени и усилий, но будьте настойчивыми и готовыми преодолевать трудности и препятствия на пути к успеху!

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: https://checklists.expert

как это убрать?