# SMART

| | |
|---|---|
| **S**PECIFIC<br>ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟΣ | Αυτό είναι το βήμα όπου καταγράφουμε ακριβώς τι θέλουμε να επιτύχουμε. Να είστε όσο το δυνατόν πιο συγκεκριμένοι όταν το γράφετε, προσπαθήστε να το κρατήσετε απλό. Σκεφτείτε ποιος πρέπει να εμπλακεί, τι θέλουμε να επιτύχουμε και γιατί είναι σημαντικό. |
| **M**EASURABLE<br>ΜΕΤΡΗΣΙΜΟΣ | Σε αυτό το βήμα εστιάζουμε στο «Πώς» του στόχου. Για να είναι ένας στόχος μετρήσιμος, είναι σημαντικό να μπορούμε να παρακολουθούμε την πρόοδο. Σκεφτείτε πώς θα ξέρουμε αν έχουμε επιτύχει τον στόχο ή όχι, πώς θα αξιολογήσουμε την πρόοδό σας; |
| **A**CHIEVABLE<br>ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΣΙΜΟΣ | Τώρα θέλουμε να βεβαιωθούμε ότι μπορούμε πραγματικά να επιτύχουμε τον στόχο μας. Καθίστε και φτιάξτε μια λίστα με τις εργασίες που πρέπει να κάνουμε για να επιτύχουμε τον στόχο μας. Σκεφτείτε πώς μπορούμε να επιτύχουμε τον στόχο μας και πώς μπορούμε να ξεπεράσουμε τυχόν περιορισμούς. |
| **R**EALISTIC<br>ΡΕΑΛΙΣΤΙΚΟΣ | Αυτό το βήμα βοηθά να περιγράψουμε γιατί αυτός ο στόχος είναι σημαντικός και πώς θα βοηθήσει εμάς ή άλλους ανθρώπους στο μέλλον. Σκεφτείτε αν αυτός ο στόχος αξίζει τον χρόνο μας, αν είναι η κατάλληλη στιγμή για να τον επιτύχουμε, αν είμαστε οι κατάλληλοι άνθρωποι και αν ταιριάζει με άλλα πράγματα που κάνουμε. |
| **T**IME-RELATED<br>ΧΡΟΝΟΠΡΟΓΡΑΜΜΑΣΤΙΜΕΝΟΣ | Θέστε ένα χρονικό όριο για τον στόχο μας, πότε θέλουμε να επιτευχθεί αυτός ο στόχος; Αυτό θα μας βοηθήσει να καταρτίσουμε ένα χρονοδιάγραμμα, τι θα κάνουμε τις πρώτες εβδομάδες, τους πρώτους μήνες και τώρα. |

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or National Agency or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. Project code: 2023-2-SE02-KA220-YOU-000171087

Co-funded by the European Union

SkillsXcellerate