

M.U.D.R.O. postavljanje ciljeva

Početak (datum):

Završetak (datum):

Definirajte svoj cilj u jednoj rečenici:

Zašto vam je ostvarenje cilja važno? Navedite najmanje 3 pozitivne posljedice vezane uz ostvarenje cilja:

Je li vaš cilj dovoljno specifičan? Kako ga točno planirate ostvariti?

Na koji način ćete procijeniti vaš (dnevni) napredak?

Navedite tri moguće poteškoće s kojima ćete se susresti na putu ostvarenja cilja.

Za svaku poteškoću navedite način savladavanja problema/prepreke.

Kako ćete se nagraditi za uspjeh u izvršavanju dnevnih ciljeva, a kako za ostvarenje konačnog cilja?



	Pon	Uto	Sri	Čet	Pet	Sub	Ned
08:00-09:00							
09:00-10:00							
10:00-11:00							
11:00-12:00							
12:00-13:00							
13:00-14:00							
14:00-15:00							
15:00-16:00							
16:00-17:00							
17:00-18:00							
18:00-19:00							
19:00-20:00							
20:00-21:00							
21:00-22:00							
23:00-24:00							