

دفترچه‌ی

تعیین اهداف یکساله

بخش چهارم



اولین هدف یکساله‌ی سبک زندگی

	تعریف هدف با وضوح کامل
	چرا می‌خواهم به این هدف دست پیدا کنم؟
	از چه روشی و چگونه باید این هدف را محقق کنم؟
	در چه بازه‌ی زمانی باید این هدف را محقق کنم؟

دومین هدف یکساله‌ی سبک زندگی

	تعریف هدف با وضوح کامل
	چرا می‌خواهم به این هدف دست پیدا کنم؟
	از چه روشی و چگونه باید این هدف را محقق کنم؟
	در چه بازه‌ی زمانی باید این هدف را محقق کنم؟

سومین هدف یکساله‌ی سبک زندگی

	تعریف هدف با وضوح کامل
	چرا می‌خواهم به این هدف دست پیدا کنم؟
	از چه روشی و چگونه باید این هدف را محقق کنم؟
	در چه بازه‌ی زمانی باید این هدف را محقق کنم؟

چهارمین هدف یکساله‌ی سبک زندگی

	تعریف هدف با وضوح کامل
	چرا می‌خواهم به این هدف دست پیدا کنم؟
	از چه روشی و چگونه باید این هدف را محقق کنم؟
	در چه بازه‌ی زمانی باید این هدف را محقق کنم؟

پنجمین هدف یکساله‌ی سبک زندگی

	تعریف هدف با وضوح کامل
	چرا می‌خواهم به این هدف دست پیدا کنم؟
	از چه روشی و چگونه باید این هدف را محقق کنم؟
	در چه بازه‌ی زمانی باید این هدف را محقق کنم؟