

# SMART w mentoringu

Źródło: <https://mentaway.com/techniki-mentoringowe-i-managerskie/?t=smart>

---

Zastosowanie tego modelu pomaga utrzymać dyscyplinę w określaniu celów, które są jasno sformułowane, ważne i możliwe do osiągnięcia w wyznaczonym czasie.

#cele #dyscyplina #SMART #uporzadkowanie celów #systematyzacja #priorytetyzacja #priorytety #mentoring #programy mentoringowe

## SMART – Metoda wyznaczania celów

Zastosowanie tego modelu pomaga utrzymać dyscyplinę w określaniu celów, które są jasno sformułowane, ważne i możliwe do osiągnięcia w wyznaczonym czasie możliwym do zrealizowania w trakcie programu mentoringowego.

### Cele powinny być:

S

Konkretne (Specific)

M

Mierzalne (Measurable)

A

Osiągalne (Achievable)

R

Istotny ( Relevant)

T

Określone w czasie (Time – specific)

### Pytania pomocnicze szczegółowe:

## S – Konkretne (Specific)

- › Co konkretnie chcesz osiągnąć?
- › Jak będzie wyglądać sytuacja, gdy osiągniesz cel?
- › Jakiego konkretnie rezultatu oczekujesz?

## M – Mierzalne (Measurable)

- › Jak możesz ilościowo / liczbowo określić cel?
- › W jaki sposób można wyrazić ten cel, żeby możliwe było zmierzenie postępu jego realizacji?

## A – Osiągalne (Achievable)

- › Czy jest to cel, który możesz zrealizować?
- › Czy jest to cel, który w praktyce można zrealizować?
- › Czy coś / ktoś może Ci przeszkodzić w realizacji tego celu?
- › Czy ten cel zależy od innych osób? Jak można go przeformułować, żeby zależał tylko od Ciebie?

## R - Istotny ( Relevant)

- › Dlaczego ten cel jest dla Ciebie ważny?
- › Z czego jesteś gotowy zrezygnować, aby pracować nad tym celem?
- › W skali od 1 do 10, jak ważne jest dla Ciebie osiągnięcie tego celu?

## T – Określone w czasie (Time – specific)

- › Do kiedy chcesz osiągnąć cel?

- › Kiedy zaczniesz?
- › Czy jest konkretna data zakończenia?

Cel wskazuje na miejsce do którego chcemy dotrzeć. Najważniejsze pytania to „gdzie” i „kiedy” a nie „jak”. Skupcie się w procesie ustalania celów tylko na tym, gdzie Mentee chce dojść w procesie mentoringu. Unikajcie rozmowy o tym jak to zrealizować / osiągnąć.