[A blue background with white text

Description automatically generated](https://pt.smartsheet.com/try-it?trp=58041)**S.M.A.R.T. PLANO DE AÇÃO**

As metas S.M.A.R.T. foram projetadas para ajudar você a identificar se o que deseja alcançar é verdadeiro e estabelecer um prazo. Ao escrever as metas S.M.A.R.T., use uma linguagem concisa e inclua apenas informações relevantes. Elas foram desenvolvidas para ajudar você a ter sucesso; portanto, mantenha a positividade ao responder às perguntas.

|  |  |
| --- | --- |
| **META INICIAL** | Escreva a meta em que você pensou |
|  |
|  |  |
| **S** | O que você quer alcançar? Quem precisa ser incluído? Quando você quer fazer isso? Por que isso é uma meta? |
| **ESPECÍFICA** |  |
|  |  |
| **M** | Como você pode medir o progresso e saber se atingiu a meta? |
| **MENSURÁVEL** |  |
|  |  |
| **A** | Você tem as habilidades necessárias para atingir a meta? Caso não tenha, é possível obtê-las? Qual é a motivação para atingir essa meta? A quantidade de esforço necessária está dentro do que a meta alcançará? |
| **ALCANÇÁVEL** |  |
|  |  |
| **R** | Por que estou estabelecendo essa meta agora? Ela está alinhada com os objetivos gerais? |
| **RELEVANTE** |  |
|  |  |
| **T** | Qual é o prazo? Ele é realista? |
| **OPORTUNA** |  |
|  |  |
| **META SMART** | Revise o que você escreveu e crie uma nova declaração de meta com base no que as respostas às perguntas acima revelaram. |
|  |

|  |
| --- |
| **AVISO DE ISENÇÃO DE RESPONSABILIDADE**  Qualquer artigo, modelo ou informação fornecidos pela Smartsheet no site são apenas para referência. Embora nos esforcemos para manter as informações atualizadas e corretas, não fornecemos garantia de qualquer natureza, seja explícita ou implícita, a respeito da integridade, precisão, confiabilidade, adequação ou disponibilidade do site ou das informações, artigos, modelos ou gráficos contidos no site. Portanto, toda confiança que você depositar nessas informações será estritamente por sua própria conta e risco. |