

МОДУЛ 2. АЛАТКИ ЗА КОУЧИНГ



РАБОТЕН ЛИСТ 4.



Ко-финансирано од
Европска Унија





РАБОТЕН ЛИСТ 4.

Овој материјал ќе ви помогне ефикасно да ги следите вашите цели. Работете низ секој чекор, еден по еден, запишувајќи ги вашите цели, акции и како ќе го следите вашиот напредок.

Која е вашата главна цел? Опишете го во една реченица.

Кој ќе биде првиот чекор кон постигнување на главната цел?

Кога ќе го постигнете тоа?

Кој ќе биде вториот чекор?

Кога ќе го постигнете тоа?

Кој ќе биде третиот чекор?

Кога ќе го постигнете тоа?

Опишете како планирате да го следите вашиот напредок.



Определете колку често ќе го проверувате вашиот напредок.

Воспоставете критериуми што ќе ви овозможат да процените дали сте ја постигнале секоја подцел (на пример, завршување на обуката, добивање сертификат).

Сумирајте го вашиот напредок.

Идентификувајте области кои бараат дополнителна работа.



Запомнете дека редовното следење и оценување на вашиот напредок ќе ви помогне успешно да ги постигнете вашите цели.