|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Cụ thể  Specific | Kết quả mong muốn rất *rõ ràng* | Kết quả mong muốn *chỉ rõ ràng một phần* | Kết quả mong muốn *không rõ ràng*  *Cuối cùng là muốn đi nước ngoài hay muốn nhà Hà Nội?* | *Không có kết quả mong muốn* |
| Đo được  Measurable | Sẽ đo được bởi vì những chỉ số được cung cấp sẽ *chỉ rõ tiến độ* | Chỉ đo được một phần bởi vì những chỉ số cung cấp *không chỉ rõ toàn bộ tiến độ* | Có cung cấp chỉ số, nhưng chúng *không chỉ ra được tiến độ*  *Có số điểm cần đạt được, nhưng không có những bước, những mốc cụ thể* | *Không đo được.*Không chỉ ra cách để đo |
| Khả thi  Attainable | *Hoàn toàn chắc chắn đạt được* mục tiêu này với những khả năng hiện tại | *Có thể đạt được mục tiêu* này với những khả năng hiện tại | *Hơi lo ngại với khả năng hiện tại.* Có thể mình sẽ không đạt được.  Mục tiêu đi nước ngoài khả thi nhưng rất khó, mục tiêu nhà Hà nội thì khá viển vông với mức lương 7 triệu/ tháng | *Hoàn toàn không thể* làm được điều này |
| Thực tế  Relevant | Mục tiêu này *liên quan chặt chẽ* đến định hướng & mong muốn của bản thân | Mục tiêu này *hơi liên quan* đến định hướng và mong muốn của bản thân | Mục tiêu này *ít liên quan* đến định hướng & mong muốn của bản thân | Mục tiêu này *không liên quan* gì đến định hướng và mong muốn của bản thân  Mục tiêu của bố mẹ và Nam rất khác nhau. |
| Ràng buộc thời gian  Time bound | Có *một thời điểm hoàn thành rõ ràng* nằm trong khoảng thời gian kiểm soát được | Không *có một thời điểm hoàn thành rõ ràng* nhưng vẫn nằm trong khoảng thời gian kiểm soát được | *Không có một thời điểm hoàn thành rõ ràng và có một khoảng thời gian không hoàn toàn cụ thể*  *Khoảng thời gian 3 năm là để hoàn thành việc học tiếng Anh, còn sau đó thủ tục để đi được nước ngoài vẫn còn rất mơ hồ* | *Không có bất cứ thông tin nào về thời gian* |

Đặt mục tiêu tốt theo SMART

**Bước  2: cho điểm để đánh giá mục tiêu:**

**Bước 3. Nếu bạn là Nam, hãy chỉnh sửa lại mục tiêu để có tổng điểm SMART ít nhất là 16 và đưa mục tiêu đó lên đây :  
  
1. Chỉ được chọn 1 trong 2 mục tiêu:**

một là đi làm nước ngoài, hai là mua nhà Hà Nội.  
Trong trường hợp này em chọn đi làm nước ngoài.

**2. Học Tiếng Anh:**  
Có những mốc điểm cụ thể hơn:

- 450 điểm: trong 6 tháng phải đạt được mốc này

- 550 điểm: trong 1 năm phải đạt được mốc này

- 680 điểm: trong 2 năm phải đạt được mốc này  
- 800 điểm: sau 3 năm phải đạt mốc này

**3. Tìm hiểu cách để đi làm việc nước ngoài:**- Trong thời gian học tiếng Anh, đi làm ở 1 công ty có cơ hội đi onsite cao, ví dụ như FPT như vậy vừa có thêm kinh nghiệm thực tế, nâng cao tay nghề, vừa có tiền phục vụ cuộc sống và tiền để đi học.

**4. Làm công tác tư tưởng rõ ràng với bố mẹ:**- Nói chuyện với bố mẹ về định hướng và ước mơ của mình, từ bỏ ý định mua nhà Hà Nội.

**5. Nói chuyện rõ ràng luôn với người yêu:**

- Thời gian yêu đương còn không có, cưới với xin cái gì!