

# Meta SMART

**Você já construiu a sua?**



**André Cavalcanti**  
@andre.cavalcanti1

MetaSMART  
MetaSMART  
MetaSMART

## O que é?

É a metodologia mais eficiente para a construção de Metas, utilizada pelos maiores especialistas e empresas de alto crescimento.

Pode ser usada em qualquer área de sua vida, pessoal ou profissional.

Para que sua meta seja bem traçada, ela precisa preencher os seguintes fatores:

# Específica

S

## Específica

O que eu quero realmente alcançar?

- Descreva em detalhes toda sua visão da meta já concluída
- Quem serão os responsáveis por sua execução?
- Pelo que vou comemorar quando ela for alcançada?



# Mensurável



**M**

## Mensurável

Para saber se você está chegando ao seu destino, você precisa saber quanto já andou e quanto falta pra chegar lá! Por isso, sua meta precisa de métricas para acompanhar seu andamento.

- Qual o valor?
- Qual a quantidade?
- Qual o tamanho?
- Qual o peso?
- Qual a frequência?



# Atingível

**A**

## **Atingível**

Para que sua meta aconteça primeiramente ela precisa estar no seu controle. Não adianta contar com a sorte, você precisa determinar os passos.

- Faça uma lista com todas as ações necessárias para o atingimento da meta
- Distribua as ações ao longo do tempo
- Revise se novas ações precisam ser incluídas
- Peça para outras pessoas validarem

# Relevante

## R

### Relevante

Esse é o fator mais importante pois é onde você entende o seu propósito. Metas sem relevância profunda são aquelas que você deixa pra depois ou desiste antes do final.

- Por que essa meta é importante pra você?
- Por quem você vai fazer isso, além de si mesmo?
- Quem vai aproveitar a vitória junto com você?
- Qual impacto você quer causar no mundo?

# Temporal



**T**

## **Temporal**

**Definir em quanto tempo exatamente você quer alcançar essa meta, seja quanto tempo for. Sua meta precisa de data pra acabar, com dia, mês e ano!**

**Seu plano de ação precisa ser distribuído ao longo do tempo e colocado na sua agenda!**



MetaSMART  
MetaSMART  
MetaSMART

*Faça diferente do que você já fez até aqui.  
Tire suas metas do campo dos sonhos  
e as torne reais!*

MetaSMART  
MetaSMART  
MetaSMART



# Decida agora!

Até quando você terá  
os mesmos resultados?



**André Cavalcanti**  
@andre.cavalcanti1