



تمرين رقم

٥

الأهداف

تمرين مساعد لتحديد مسار الحياة، قم بتحديد أبرز المسارات التي اكتشفتها ليتبين لك المسار الأساسي، التخصص شيء وعملك الذي يستهلك أو ترغب أن يستهلك وقتك وجهدك وتفكيرك شيء مختلف تماماً وهو الذي نريد.

المجال (مسار الحياة)	الرغبة ١٠	الفرصة ١٠	القدرة ١٠	المجموع ٣٠
١-				
٢-				
٣-				
٤-				
٥-				

أهدافك خلال الـ ٣ سنوات القادمة.

١. أهداف ومشاريع لثلاث سنوات (من تاريخ: (إلى (
في مسار حياتي	في الجوانب الأخرى «عجلة الحياة- تحليل SWOT»
١.	١.
٢.	٢.
٣.	٣.
٤.	٤.
٥.	٥.
٦.	٦.
٧.	٧.



تمرين رقم

٥

الأهداف

٢. الأهداف المتوسطة خلال سنة (تقسم أهداف الثلاث سنوات إلى ٣ أقسام، كل سنة يكون لها جدول مثل هذا الجدول)

المسار أو الجانب	الأهداف المتوسطة (أو المبادرات)
٠.١	٠.٦
٠.٢	٠.٧
٠.٣	٠.٨
٠.٤	٠.٩
٠.٥	٠.١٠
٠.١	٠.٦
٠.٢	٠.٧
٠.٣	٠.٨
٠.٤	٠.٩
٠.٥	٠.١٠
٠.١	٠.٦
٠.٢	٠.٧
٠.٣	٠.٨
٠.٤	٠.٩
٠.٥	٠.١٠
٠.١	٠.٦
٠.٢	٠.٧
٠.٣	٠.٨
٠.٤	٠.٩
٠.٥	٠.١٠



تمرين رقم

٥

الأهداف

والآن يتم تحويل الأهداف المتوسطة إلى أهداف قصيرة (أو مهمات إجرائية)، بالإضافة لكتابة التكلفة المتوقعة ومؤشرات الإنجاز لكل الأهداف.

م	الأهداف المتوسطة	الأهداف القصيرة	توزيعها كل أربع اشهر من ١-٤ من ٥-٨ من ٩-١٢			التكلفة	المؤشرات
١							
٢							
٣							
٤							
٥							
٦							