

METAS S.M.A.R.T.

Los objetivos vagos a menudo no se cumplen, incluso si son grandes ideas, por eso te recomendamos que utilices **metas SMART** para hacerlos realidad. SMART es un acrónimo en inglés que significa específico (specific), medible (measurable), alcanzable (achievable), relevante (relevant) y con tiempo definido (timely). Utiliza esta plantilla para aterrizar tus propósitos de manera inteligente.

1. Escribe una meta (aunque no sea SMART):

S

ESPECÍFICA 2. Asegúrate de que sea clara y precisa:

M

MEDIBLE 3. Establece una manera de medir tu avance:

A

ALCANZABLE 4. ¿Tienes el tiempo y los recursos para alcanzarla?

R

RELEVANTE 5. Tu meta debe de ser importante para ti:

T

TIEMPO DEFINIDO 6. Define una fecha límite: