

ORGANIZADOR DE METAS SMART

Mientras repasamos los pasos del modelo de metas SMART, escribe notas para tu propio objetivo en la siguiente tabla.

<p>S</p> <p>ESPECÍFICO ¿Qué quieres hacer exactamente?</p>	<p>¿Qué quieres hacer exactamente?</p> <p>¿Qué (3) pasos vas a dar cada día para ayudarte a conseguir esta meta?</p> <ol style="list-style-type: none">1.2.3.
<p>M</p> <p>MEDIBLE ¿Cómo sabrás cuándo lo has alcanzado?</p>	<p>¿Cómo se mirará el éxito?</p> <p>¿Cómo medirás tu progreso?</p> <p>¿Con qué frecuencia examinarás tu progreso?</p>
<p>A</p> <p>ALCANZABLE ¿Está en tu mano lograrlo?</p>	<p>¿Esperas encontrarte con obstáculos? ¿Cómo planeas superarlos?</p> <p>¿Qué necesitas para tener éxito? ¿Tienes las habilidades y recursos necesarios para lograr tu meta? Si no, ¿cómo te asegurarás de tener lo que necesitas?</p>



<p style="font-size: 48px; font-weight: bold; color: #f4a460;">R</p> <p style="font-weight: bold; color: #f4a460;">RELEVANTE</p> <p style="color: #f4a460;">¿Es consistente con tus metas superiores?</p>	<p>¿Cómo se alinea esta meta con mis metas generales?</p> <p>¿Por qué es importante para mí alcanzar esta meta?</p>
<p style="font-size: 48px; font-weight: bold; color: #f4a460;">T</p> <p style="font-weight: bold; color: #f4a460;">A TIEMPO</p> <p style="color: #f4a460;">¿Cuándo exactamente quieres lograr tu meta?</p>	<p>¿Cuándo empezaré?</p> <p>¿Cuándo tengo previsto terminar esta meta?</p>
<p>Reformula tu meta original para incluir todos los elementos del modelo SMART</p>	

