|  |
| --- |
| **Mi objetivo:** |

|  |  |
| --- | --- |
| **¿Es S.M.A.R.T.?** | **Describe cómo encaja tu objetivo** |
| **Específico -** ¿Está centrado? |  |
| **Medible -** ¿Disminuye o aumenta? ¿En qué cantidad? |  |
| **Alcanzable -** ¿Es posible? ¿es práctico? |  |
| **Relevante -** ¿Es algo que quieres hacer? |  |
| **Tiempo límite -** ¿Tiene fechas de progreso y finalización? |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mi objetivo:** | | |
| **Acciones que puedo**  **llevar a cabo hoy** | **Problemas que**  **podría enfrentar** | **¿Cómo superaré**  **dichos problemas?** |
|  |  |  |
| ¿Cuándo evaluaré mi **progreso**? | | |