



Establecer un objetivo



Objetivo: _____

Divida sus pasos en pasos pequeños. Colóquelos como ladrillos hasta que desea. Use el acrónimo "SMART" (en inglés) para planificar cada paso.

Paso 6	¿Qué? ¿Cuándo? ¿Posibles Obstáculos?
Paso 5	¿Qué? ¿Cuándo? ¿Posibles Obstáculos?
Paso 4	¿Qué? ¿Cuándo? ¿Posibles Obstáculos?
Paso 3	¿Qué? ¿Cuándo? ¿Posibles Obstáculos?
Paso 2	¿Qué? ¿Cuándo? ¿Posibles Obstáculos?
Paso 1	¿Qué? ¿Cuán do? ¿Posibles Obstáculos?

**Sus pasos son:
Específico
Mensurable
Atractivo
Realista
Tiempo limitado**