



Guía para definir objetivos S.M.A.R.T.

El establecer objetivos concretos puede ayudar a alcanzar nuestras metas de largo plazo. Con otras palabras, ayudan a convertir las buenas ideas en resultados.

El método SMART te ayuda a focalizar tus metas, manteniendo presentes tus objetivos iniciales, permitiendo hacerles seguimiento y llevar a cabo acciones para cumplirlos. Definir objetivos hace que dirijamos nuestras acciones y esfuerzos hacia lo que queremos conseguir.

El método S.M.A.R.T describe un buen objetivo como:

Specific (Específico): Debe ser lo más concreto posible. Cualquiera que lo lea sabrá exactamente lo que pretendes hacer y cómo.

- ¿Qué quiero lograr exactamente?
- ¿Quién está involucrado?
- ¿En qué espacio físico voy a trabajar para conseguirlo?
- ¿En qué plazo de tiempo debo alcanzarlo?
- ¿Cuáles son mis fortalezas y debilidades?
- ¿Cuáles son mis oportunidades y mis amenazas?
- ¿Qué beneficios obtendré si lo consigo?

Measurable (Medible): Debe ser medible, por lo que ha de ser una meta cuantificable.

- ¿Cómo mido la consecución del objetivo?
- ¿Qué indicadores uso para evaluar el progreso?
- ¿Cómo me doy cuenta que alcancé el objetivo?

Attainable (Alcanzable): Debe ser ambicioso, un reto, pero que sea posible. Hay que dar la opción de reajustar los objetivos si hay cambios en el entorno.

- ¿Es probable lograr el objetivo?
- ¿Tengo las habilidades necesarias para alcanzar este objetivo?
- Si no las tengo, ¿podría desarrollarlas?
- ¿Qué haré para desarrollarlas?

Relevant (Relevante): El objetivo debe generar un efecto significativo para tí.

- ¿Este objetivo es importante para mí?
- ¿Estoy considerando mis habilidades y puntos débiles?



Time based (Basado en el tiempo): Cada objetivo debe estar definido en el tiempo, ya que nos ayudará a marcar las distintas etapas que nos permitirán llegar a la meta propuesta. Este periodo no debe ser ni tan corto que se haga imposible conseguirlo, ni tan largo que cause dispersión de la iniciativa.

- ¿Cuánto tiempo necesito para conseguir el objetivo?
- ¿Cuál es el plazo máximo?