

Plantilla Método SMART

S: Específico

¿Qué es lo que quiero conseguir exactamente?

M: Medible

¿Cómo puedo saber si voy alcanzar el objetivo?

A: Alcanzable

¿Es razonable este objetivo teniendo en cuenta mi punto de partida y mi situación “actual”?

R: Relevante/Realista

¿Es un propósito importante para mí?, ¿Es algo que realmente me llena?

T: Temporal

¿Cuándo voy a empezar? ¿Qué plazo tengo?