

DESGLOSA TUS OBJETIVOS!

¿CUÁL ES MI OBJETIVO?



S

eSpecífico



¿Qué quieres conseguir?

M

Medible



¿Cómo harás un seguimiento de tu progreso?

A

Alcanzable



¿Cómo puedes alcanzar tu objetivo?

R

Relevante



¿Por qué es importante este objetivo?

T

Tiempo limitado



¿Cuándo se logrará el objetivo?



¿Cómo puedo Mejorar?



Ahora mismo puedo...

Empty box for writing the current state.

Nombre: _____

Fecha: _____

Necesito mejorar...

Empty box for writing areas for improvement.

Mi objetivo es...

Empty box for writing the goal.

Para alcanzarlo puedo:

Empty box for writing strategies to reach the goal.

Quiero lograrlo en esta fecha...

Empty box for writing the target date.

Me siento... 

Empty box for writing feelings, with arrows pointing to the left and right sides.

