

Establecimiento de objetivos SMART

¿Qué son los objetivos SMART?

Los objetivos son parte de todos los aspectos del negocio y brindan un sentido de dirección, motivación, un enfoque claro y de importancia. Al establecer metas, te estás proporcionando un objetivo por el cual ir. Se utiliza un objetivo SMART para ayudar a guiar el establecimiento de objetivos. SMART es un acrónimo que significa **S**pecific (Específico), **M**esurable (Medible), **A**chievable (Alcanzable), **R**ealistic (Realista) y **T**imely (Oportuno). Por lo tanto, una meta SMART incorpora todos estos criterios para ayudarlo a enfocar sus esfuerzos y aumentar las posibilidades de lograr su meta.

Los objetivos SMART son:

- Específico: Bien definido, claro e inequívoco
- Medible: Con criterios específicos que miden su progreso hacia el logro de la meta
- Alcanzable: Factible y no imposible de lograr
- Realista: Posible de lograr, realista y relevante para su propósito.
- Oportuno: Con un cronograma claramente definido, que incluye una fecha de inicio y una fecha de entrega. El propósito es crear urgencia.

Objetivos SMART específicos

Los objetivos que son específicos tienen una probabilidad significativamente mayor de lograrse. Para hacer una meta específica, se deben considerar las siguientes cinco preguntas:

1. Quién: ¿Quién está involucrado en este objetivo?
2. Qué: ¿Qué quiero lograr?
3. Dónde: ¿Dónde se logrará este objetivo?
4. Cuándo: ¿Cuándo quiero lograr este objetivo?
5. Por qué: ¿Por qué quiero lograr este objetivo?

Objetivos SMART medibles

Una meta SMART debe tener criterios para medir el progreso. Si no hay criterios, no podrá determinar su progreso y si está en camino de alcanzar su meta. Para hacer que una meta sea medible, pregúntese:

1. ¿Cuánto/ Cuantos?
2. ¿Cómo sé si he alcanzado mi objetivo?
3. ¿Cuál es mi indicador de progreso?

Objetivos SMART alcanzables

Un objetivo SMART debe ser alcanzable y factible. Esto le ayudará a descubrir diferentes formas en que puede alcanzar ese objetivo y trabajar para lograrlo. La posibilidad de lograr el objetivo debe ampliarse para que se sienta desafiado, pero debe estar lo suficientemente bien definido como para que pueda lograrlo. Pregúntese:

1. ¿Tengo los recursos y capacidades para lograr la meta? Si no, ¿Qué me hace falta?
2. ¿Otros lo han logrado antes?

Objetivos SMART realistas

Un objetivo SMART debe ser realista en el sentido de que el objetivo se puede lograr de manera realista dados los recursos y el tiempo disponibles. Es probable que un objetivo SMART sea realista si cree que se puede lograr. Pregúntese:

1. ¿Es la meta realista y alcanzable?
2. ¿Es alcanzable la meta, dado el tiempo y los recursos?
3. ¿Eres capaz de comprometerte a lograr la meta?

Objetivos SMART Oportunos

Un objetivo SMART debe tener un límite de tiempo en el sentido de que tiene una fecha de inicio y finalización. Si la meta no tiene un límite de tiempo, no habrá sentido de urgencia y, por lo tanto, menos motivación para lograr la meta. Pregúntese:

1. ¿Mi objetivo tiene una fecha límite?
2. ¿Para cuándo quieres lograr tu objetivo?

Formato para el establecimiento de objetivos SMART

El método SMART lo ayuda a avanzar, le da un sentido de dirección y lo ayuda a organizarse y alcanzar sus metas.

Declaración de Objetivos	Por qué lo convierte en SMART
Hacer _____....	Acción Específica
Para _____....	Cumplir un objetivo realista y medible.
Por _____....	Dentro de un período de tiempo determinado.

HOJA DE TRABAJO DE METAS SMART

Nombre		
Fecha		
Objetivo		
Razón por la que este objetivo es importante para mí:		
Paso	Mnemotécnico	Descripción
1	Específico ¿Qué es exactamente lo que quieres lograr? Las buenas declaraciones de objetivos explican qué, por qué, quién, dónde y cuándo.	
2	Mensurable Debe poder seguir el progreso y medir el resultado de su objetivo. Las buenas declaraciones de objetivos responden a las preguntas: ¿cuánto, cuántos, cómo sabré cuándo lograré mi objetivo?	
3	Alcanzable La meta alcanzable y factible generalmente responderá a la pregunta: ¿Cómo se puede lograr la meta?	

4	<p>Realista</p> <p>El objetivo debe ser extenso, pero realista y relevante. ¿Es este objetivo alcanzable y vale la pena?</p>	
5	<p>Oportuno</p> <p>Los objetivos deben tener una fecha límite e hitos en el camino. Una buena declaración de objetivos responderá a las preguntas: ¿Qué haré hoy? ¿Qué haré dentro de seis semanas/meses a partir de ahora? ¿Cuándo lograré mi objetivo?</p>	