

# S.M.A.R.T

## Objetivos alcanzables

**S**

### Específico

Asegúrate de que tus metas estén enfocadas e identifiques resultados tangibles. Deben ser **precisos, concretos y comprensibles**: aumentar las ventas en un 50 %, bajar 5 kilos.

**M**

### Medible

Debe tener una **definición clara de éxito**. Esto te ayudará a evaluar tus logros, así como tu progreso o qué/dónde se necesita mejorar para hacerlo.

**A**

### Alcanzable

Tus objetivos deben ser **desafiantes**, pero **razonables** de lograr. Este componente puede revelar cualquier obstáculo potencial que debas superar para tener éxito.

**R**

### Relevante

Se trata de ser real contigo mismo y **asegurarte de que lo que quieres lograr funcione para ti**. Determina si esto se alinea con tus valores y si es un enfoque prioritario para ti.

**T**

### Temporal

Cada objetivo necesita una **fecha límite**, algo que te motive a aplicar el enfoque y la disciplina necesarios para lograrlo.