

PEP

Metas S.M.A.R.T.

Listas de recomendaciones

Establecer metas es una práctica clave en la planificación del desarrollo: nos da algo a lo que aspirar y por lo cual trabajar. Las metas SMART (específicas, cuantificables, factibles, relevantes y limitadas en el tiempo) nos ayudan a establecer y medir el progreso y a hacer un seguimiento de este.

Tenga en cuenta que es más probable que aumente el compromiso y la motivación para lograr sus metas de desarrollo cuando las metas son importantes para usted y son coherentes con sus valores personales.

S	<p>Específica. La meta debe ser clara y específica. Una forma útil de verificar si su meta es específica es identificar si contempla lo siguiente:</p> <div> <div>¿Qué quiero lograr?</div> <div>¿De quién necesito el apoyo?</div> <div>¿Qué debe suceder?</div> <div>¿Qué podría interponerse en el camino?</div> <div>¿Cuándo debería suceder?</div> <div>¿Cómo sabré que tengo éxito?</div> </div>
M	<p>Cuantificable. Es importante que su meta incluya una medida con la cual pueda hacer un seguimiento del progreso y el logro. Evaluar cómo le está yendo en comparación con su meta también es una forma importante de mantenerse motivado. Pregúntese</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo sabré que se logró?» a fin de comprobar si su meta es cuantificable.
A	<p>Factible. La meta debe desafiarlo para que dé lo mejor de usted, sin dejar de ser realista y factible. Pregúntese lo siguiente a fin de considerar las condiciones para el desarrollo en esta etapa:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Mi meta representa un desafío? ¿Brinda elasticidad o una nueva perspectiva/forma de pensar? ¿Mi meta se puede lograr? ¿Tengo el apoyo de mi líder/equipo/red para completar la actividad en el plazo correspondiente? ¿Mi meta es realista? Considere cuestiones como el presupuesto, compromiso de tiempo, etc.
R	<p>Relevante. Posiblemente, la parte más importante de su meta SMART es identificar si es relevante para usted. Pregúntese</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Esta meta me ayudará a mejorar mi desempeño en mi cargo actual? ¿Esta meta me ayudará a cumplir mis metas a mediano y largo plazo? Teniendo en cuenta que la mayor parte del aprendizaje resultará de la experiencia, ¿cuáles son mis opciones para generar desarrollo a través de proyectos, traslados, observación del trabajo, tutorías, etc.?
T	<p>Limitada en el tiempo. Cualquier meta que establezca debe incluir un plazo alcanzable. Esto no solo lo ayuda a mantener su responsabilidad, sino también a planificar su carga de trabajo. Pregúntese</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Para cuándo espero lograr esta meta? ¿Cuándo trabajaré en esta meta? ¿Puedo dividir la meta en metas más pequeñas con plazos más cortos?