

# 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><b>Específica.</b> La meta debe ser clara y específica. Una forma útil de verificar si su meta es específica es identificar si contempla lo siguiente:</p> <table><tr><td>¿Qué quiero lograr?</td><td>¿Qué debe suceder?</td><td>¿Cuándo debería suceder?</td></tr><tr><td>¿De quién necesito el apoyo?</td><td>¿Qué podría interponerse en el camino?</td><td>¿Cómo sabré que tengo éxito?</td></tr></table>	¿Qué quiero lograr?	¿Qué debe suceder?	¿Cuándo debería suceder?	¿De quién necesito el apoyo?	¿Qué podría interponerse en el camino?	¿Cómo sabré que tengo éxito?
¿Qué quiero lograr?	¿Qué debe suceder?	¿Cuándo debería suceder?					
¿De quién necesito el apoyo?	¿Qué podría interponerse en el camino?	¿Cómo sabré que tengo éxito?					
M	<p><b>Cuantificable.</b> 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"><li>• <b>¿Cómo sabré que se logró?</b> a fin de comprobar si su meta es cuantificable.</li></ul>						
A	<p><b>Factible.</b> 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"><li>• <b>¿Mi meta representa un desafío?</b> ¿Brinda elasticidad o una nueva perspectiva/forma de pensar?</li><li>• <b>¿Mi meta se puede lograr?</b> ¿Tengo el apoyo de mi líder/equipo/red para completar la actividad en el plazo correspondiente?</li><li>• <b>¿Mi meta es realista?</b> Considere cuestiones como el presupuesto, compromiso de tiempo, etc.</li></ul>						
R	<p><b>Relevante.</b> Posiblemente, la parte más importante de su meta SMART es identificar si es relevante para usted. Pregúntese</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Esta meta me ayudará a mejorar mi desempeño en mi cargo actual?</li><li>• ¿Esta meta me ayudará a cumplir mis metas a mediano y largo plazo?</li><li>• 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.?</li></ul>						
T	<p><b>Limitada en el tiempo.</b> 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"><li>• ¿Para cuándo espero lograr esta meta?</li><li>• ¿Cuándo trabajaré en esta meta?</li><li>• ¿Puedo dividir la meta en metas más pequeñas con plazos más cortos?</li></ul>						