



4 PASOS PARA PODER FIJAR OBJETIVOS

Para todo lo que queremos hacer, llámese estudiar, aprender algo nuevo, emprender, empezar a trabajar, hacer un proyecto, etc; necesitamos fijar objetivos.

A veces puede ser muy abrumador porque no sabemos ni por dónde empezar y no sabemos como hacerlo, hay veces que ni pensamos en fijar un objetivo y por eso no alcanzamos la meta que queremos o no sabemos que queremos alcanzar.

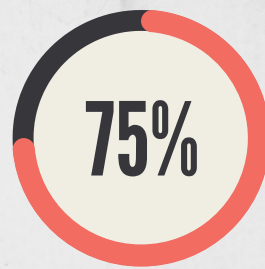


Cuando aprendemos a fijar objetivos, estamos aprendiendo a dar un orden en todos los sentidos, abrimos la puerta a tener más organización ya poder formar un camino claro a lo que queremos lograr. Nos da claridad y nos permite trabajar de manera eficaz.

PASO 1

¿PARA QUÉ NECESITAMOS FIJAR UN OBJETIVO?

1. Nos va a ayudar en nuestro desarrollo
2. Nos va a enseñar nuestro progreso
3. Nos va a ayudar a establecer tiempos
4. Nos va a enseñar cuál es nuestra meta y los pasos a cumplirla
5. Nos va a ayudar a no abrumarnos tanto
6. Nos va a ayudar a digerir mejor la información
7. Nos va a ayudar a tener una mejor organización
8. Nos va a ayudar a que nuestro trabajo sea más eficaz y tranquilo
9. Nos va a ayudar a aprender mejor
10. Es un paso para vivir una vida más plena



PASO 2

TIPOS DE OBJETIVO

Hay varios tipos de objetivo, y lo primero que tenemos que hacer es definir cuál es el que vamos a crear, porque los objetivos los creamos nosotros.

Según su naturaleza

- Generales: Para un grupo, empresa, engendra, un equipo
- Específicos: Objetivos propios o para una persona solamente



Según la duración:

- A largo plazo: Periodo de un año o más
- A medio plazo: De 6 meses o más
- A corto plazo: Pocos meses o algunas semanas



Según como los midamos

- Objetivos cualitativo: Mejoró la calidad, los clientes están más felices, capacitaciones, etc.
- Objetivos cuantitativos: Mejores resultados económicos, resultados medibles, subió un tanto% de ventas, de visitas a la página, de likes en una foto, etc.



PASO 3

¿CÓMO VOY A CREARLO?

Para empezar, necesitamos aprender cómo vamos a llegar a nuestro objetivo, es decir, cómo lo vamos a diseñar para que sea alcanzable y que podamos generar pasos para llegar a él



- **MEDIBLE:** Ponle un tiempo específico, incluye porcentajes, valores, resultados. Que puedas ver el progreso conforme vas avanzando.
- **ALCANZABLE:** Debes sentir que se pueden cumplir, obvio tienen que estar dentro de tu realidad, que este dirigido a algo o alguien.
- **RETADOR/ MOTIVANTE:** Intenta que tenga algo que te saque de tu zona de confort o que te motive. A veces puede ser que no encontremos una razón para hacerlo, pero si vemos a que nos va a llevar el haber cumplido el objetivo, cómo puede ser pasar una materia, terminar un proyecto o entregar algo.
- **TIEMPOS:** Tienen que estar fijados a un periodo de tiempo específico, con un comienzo y un final. OJO, no se tiene que calendarizar cada paso, esto puede llegar a frustrarte más en lugar de ayudarte. Tiene que ser flexible, pero estable.
- **ESPECÍFICO:** Procura que sean lo más específicos posibles, en tiempo, calidad, comienzo, entrega, de lo que trata el objetivo, que se va a lograr con él.

Te voy a poner un ejemplo para que se entienda mejor:

OBJETIVO: TERMINAR 100 % PROYECTO FINAL DE PSIQUIATRÍA EN DOS SEMANAS

- **MEDIBLE:** Terminar el 100 % de el en dos semanas
- **ALCANZABLE:** Se puede cumplir en dos semanas si cumplo con trabajar en el todos los días
- **RETADOR/MOTIVANTE:** Cuando lo acabe, termino la materia y todas mis entregas. El tema de mi proyecto me gusta mucho, entonces voy a aprender más de un tema que me encanta.
- **TIEMPOS:** Se empieza mañana y se acaba en dos semanas, trabajo todos los días si se puede, aproximadamente una hora y media en él.
- **ESPECÍFICO:** Me estoy enfocando solo en una materia, en un tiempo determinado y para lograr algo

PASO 4

LAS PREGUNTAS

Para poder llegar a nuestro objetivo tenemos que plantearnos preguntas.

Van a ser 5 principales

¿Qué?

¿Quién?

¿Dónde?

¿Cuándo?

¿Por qué?

¿Qué?

Aquí tienes que ver que pasos tienes que seguir para llegar a tu objetivo, que es todo eso que tienes que ir haciendo y logrando para llegar al objetivo. Te recomiendo enumerarlas y acomodarlas.

¿Quién?

¿Quién tiene que hacerlo? ¿Es un trabajo en equipo o no? ¿Alguna parte depende de alguien más para llegar a tu meta? Te recomiendo que queden muy claras las responsabilidades de cada quién y que se tiene que lograr con ellas.

¿Dónde?

¿Tu objetivo depende de algún lugar? ¿Qué aspectos se tiene que lograr en qué lugares de él?

¿Cuándo?

Establecer fechas promedio de cuando se van a cumplir ciertos objetivos, así vas a poder ir midiendo tu avance y ver tu progreso. Vas a poder hacer ajustes y mejorar tus procesos.

¿Por qué?

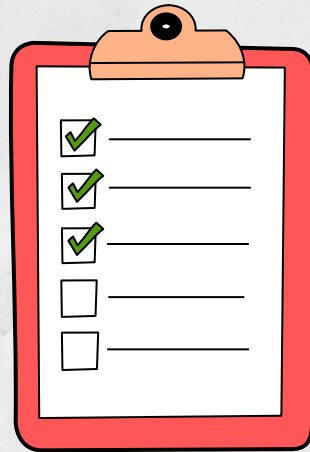
¿A qué te va a llevar esto? ¿Cómo te va a ayudar a llegar a tu objetivo completo o a uno de los pasos para llegar a él?

¡YA TIENES UN OBJETIVO!

Ahora que tienes todas las herramientas, ponlo a prueba y verás como te funciona mejor.

Si tienes cualquier duda, escíbeme y vemos cómo solucionarlo o cómo crear más objetivos.

TE DESEO LO MEJOR CON TUS NUEVOS OBJETIVOS



NO OLVIDES DESCARGAR TU PASO A PASO PARA QUE LO COMPLETES Y SEA MÁS SENCILLO PARA TI



EN MATERIAL GRATUITO EN LA PAGINA ENCONTRARÁS OTRO DOCUMENTO DÓNDE PODRÁS IR LLENANDO CADA PASO Y PUEDES CREAR TU OBJETIVO FACILMENTE

RECUERDA QUE ENTRE MÁS PRACTIQUES, MENOS AYUDA NECESITARÁS