GCFLearnFree.org

Planeación y cumplimiento de metas: Consejos para lograr tus metas u objetivos

edu.gcfglobal.org/es/planeacion-y-cumplimiento-de-metas/consejos-para-lograr-tus-metas-u-objetivos/1/

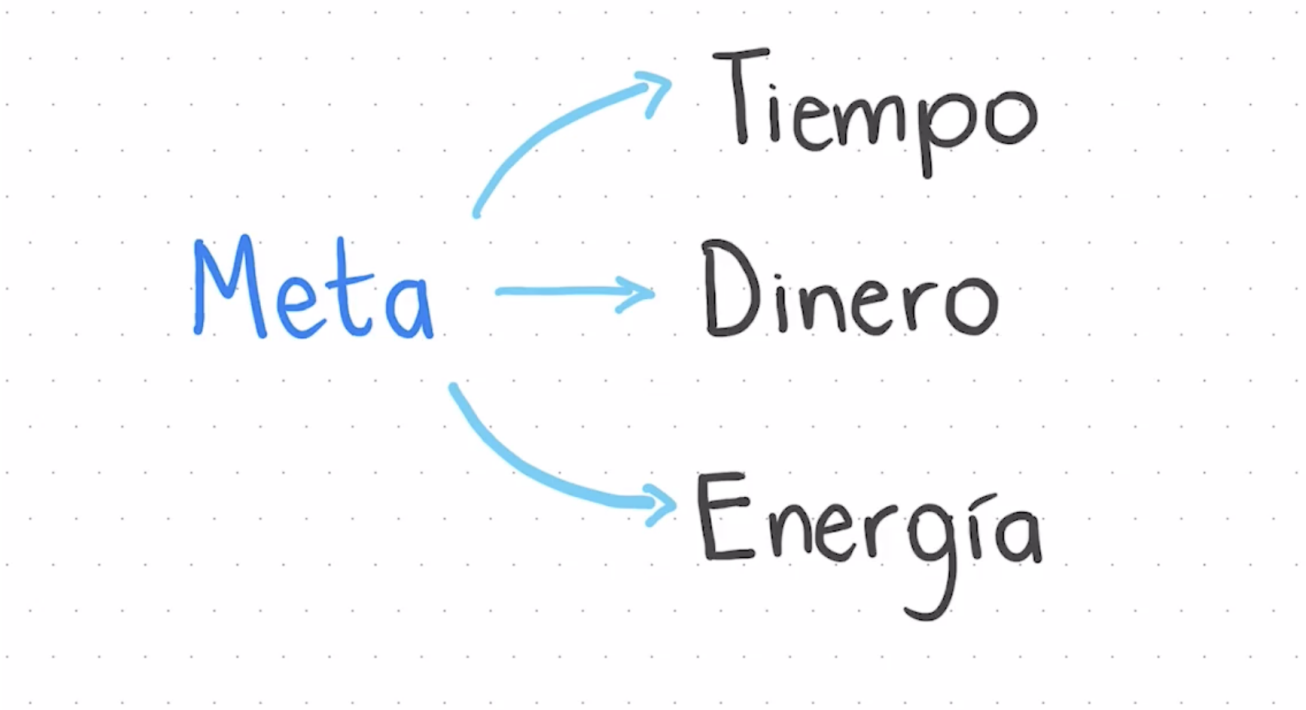
Consejos para lograr tus metas u objetivos

Es frecuente establecer metas y objetivos. Sin embargo, en la mayoría de ocasiones, la dificultad a la hora de conseguirlos se da en el proceso para lograrlos.

Por este motivo, te presentamos algunos consejos que pueden ayudarte a evitar este tipo de dificultades.

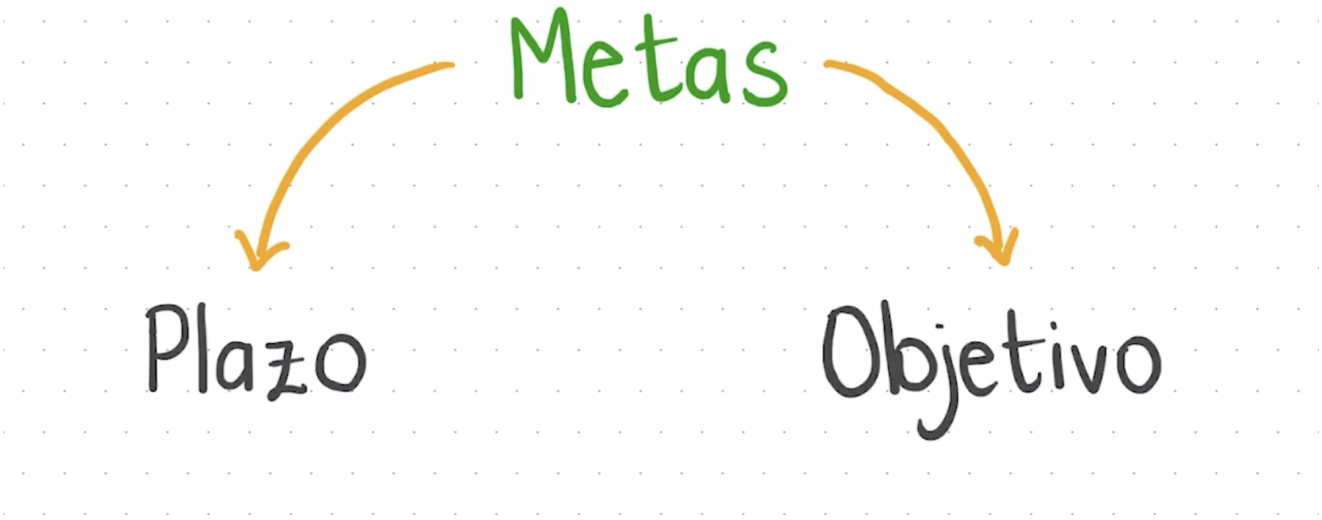
Detalla tus metas

Es importante que mantengas la claridad en las metas u objetivos que estableces. Piensa en todo lo que necesitarás, cómo se desarrollarán e incluso, en cuánto tiempo las realizarás.



Mantén la perspectiva

Muchas veces, debido a los diferentes compromisos que adquirimos, las actividades del diario vivir, el estudio, el trabajo, etc., solemos posponer las metas u objetivos trazados. Por eso, es importante que, al hacerlo, se establezcan fechas límites para cumplir estos propósitos y generar un plan de acción que nos ayude a organizarnos y a encajar cada una de las actividades que nos llevarán a cumplir dicha meta u objetivo, entre los quehaceres cotidianos.



Elige metas que consideres que puedes alcanzar

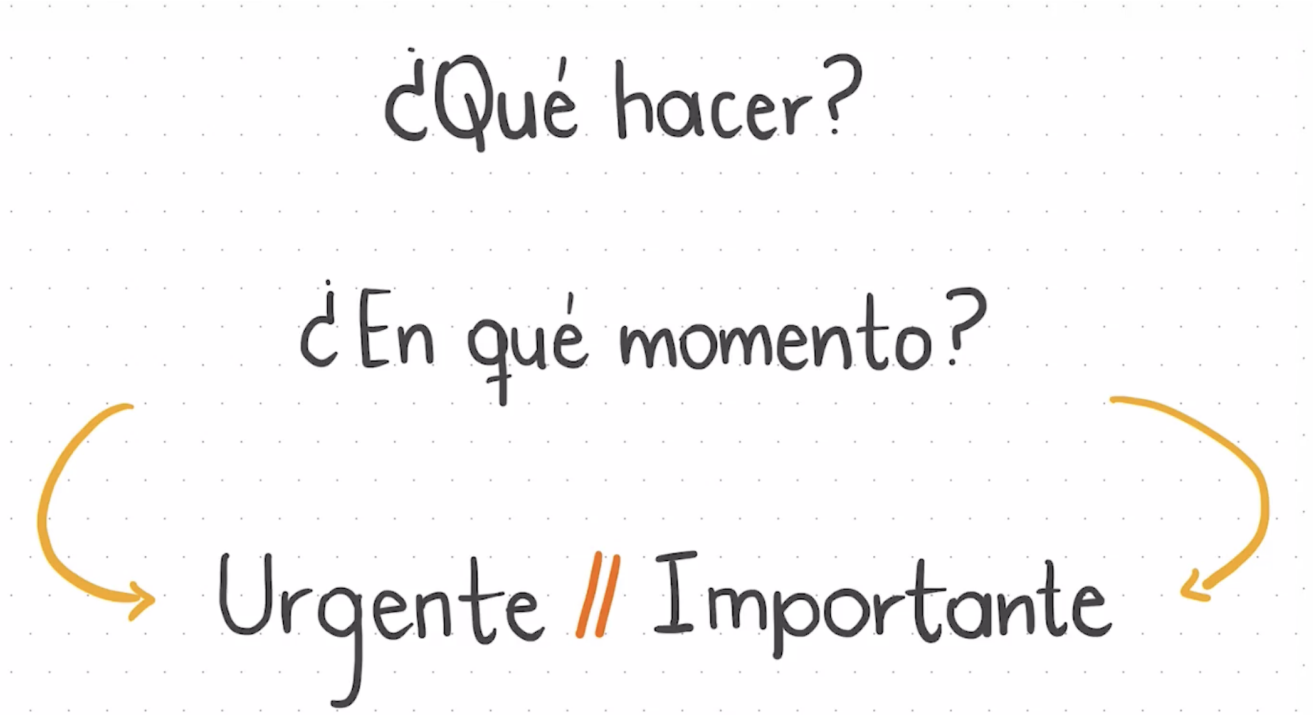
Procura proponerte metas u objetivos que puedas alcanzar sin importar si son de corto, mediano o largo plazo. De esta manera, te mantendrás motivado y darás paso a metas mucho más grandes.

Apóyate en métodos de planificación u organización

Puedes usar el método *SMART* para obtener mejores resultados. Lo importante es que hagas uso de todas las herramientas y técnicas que se adapten a tu estilo de vida y personalidad.

Establece prioridades

Incluso dentro de las metas y objetivos debes establecer prioridades. Esto significa que debes darle importancia a aquellas que tienen más importancia para ti o de cuya realización dependen otro tipo de objetivos.



Organízate

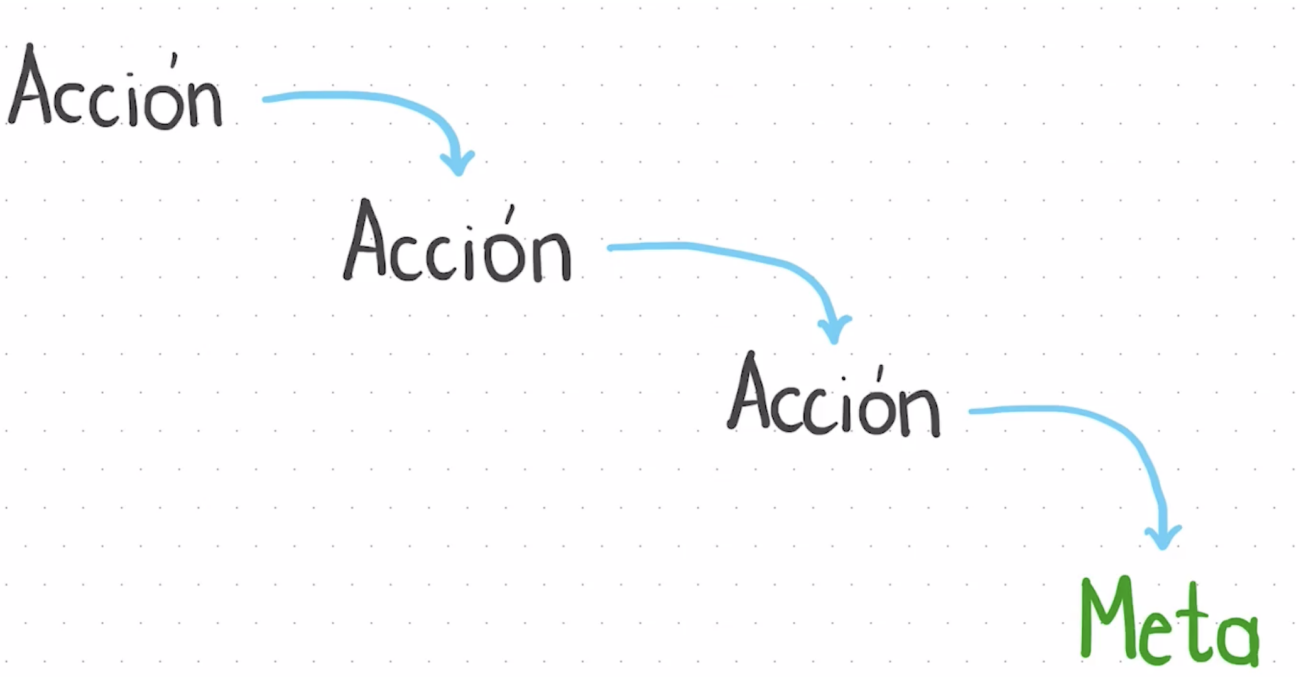
Utiliza herramientas, aplicaciones, sistemas de notificaciones y horarios que te permitan incluir la ejecución de tareas ligadas a tus objetivos y metas dentro de tus actividades diarias. De esta manera te asegurarás de alcanzarlas sin tener que esforzarte demás o posponer tus planes.

Seguir el ejemplo

¿Qué mejor que observar los casos de éxito, errores e incluso, las situaciones de los demás para aprender? Si te sientes un poco perdido o simplemente necesitas un poco de motivación, revisa cómo le ha ido a otras personas tratando de alcanzar metas similares a las tuyas: aprende de sus errores para no repetirlos y sigue sus pasos en aquellas tareas y técnicas que les permitieron cumplir con sus propósitos.

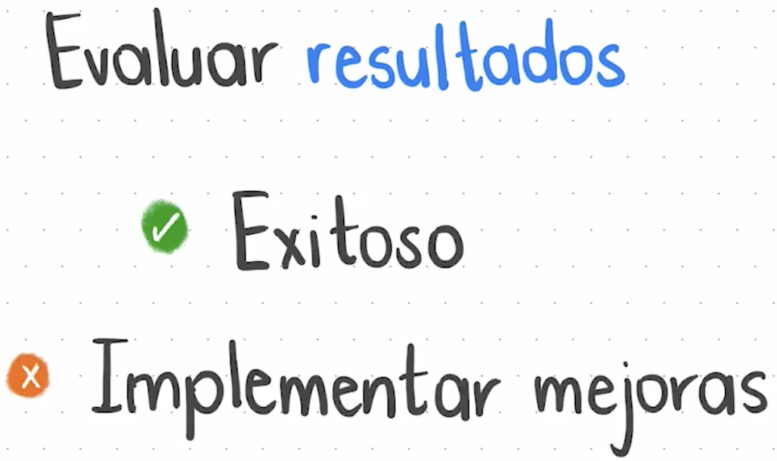
Establece un plan de acción

Dentro de la planeación y cumplimiento de metas, los planes de acción son aquellas cosas que no son negociables, pues te permitirán organizarte, analizar y ejecutar todas las acciones necesarias para lograr tus propósitos.



Analiza y evalúa tus resultados

Todo plan de acción en torno a una meta en particular suele cerrar con un análisis general. Esto es porque es la manera más segura de saber si tus expectativas fueron mucho más altas o bajas de la realidad o si las actividades y tareas estipuladas fueron excesivas o pocas en la consecución de tus metas.



No dejes de establecer metas

Parte del éxito en la vida personal está relacionado con las metas que te propongas. No importa si son muchas o son muy ambiciosas, lo importante es que busques siempre cómo dar más y lo mejor de ti.