

S

ESPECÍFICOS

Establezca claramente su objetivo

M

MEDIBLES

Asegúrese de que el éxito se puede medir

A

ALCANZABLES

Establezca objetivos que puede alcanzar

R

RELEVANTES

Establezca objetivos relevantes para su carrera o educación

T

CON LÍMITE DE TIEMPO

Establezca un plazo de finalización