

# SKILL – Focus on what's important 1

## I&F



### 1) DESCRIPCIÓN DE LA HERRAMIENTA

#### Establecimiento de objetivos INTELIGENTES

Es una poderosa herramienta para que individuos y organizaciones logren sus objetivos. Implica establecer objetivos específicos, medibles, alcanzables, relevantes y con plazos determinados ( **SMART** ) que se alineen con sus valores y visión personales u organizacionales.

### 2) OBJETIVOS DE LA HERRAMIENTA

- Identificar sus prioridades y objetivos clave.
- Desarrollar objetivos específicos y medibles que estén alineados con su visión y valores.
- Crear una hoja de ruta para lograr sus objetivos.
- Mida el progreso y realice un seguimiento del éxito
- Manténgase enfocado y motivado hacia sus objetivos.

### 3) CONEXIÓN DE LA HERRAMIENTA CON LA HABILIDAD

El establecimiento de objetivos está estrechamente relacionado con la habilidad de "centrarse en lo importante" porque implica identificar y priorizar las metas y tareas más importantes. Al establecer objetivos claros, las personas pueden concentrar su tiempo y energía en las actividades que generarán el impacto más significativo.

### 4) MATERIALES DE RECURSOS

Para aplicar la herramienta de establecimiento de objetivos, necesitará:

- Papel y bolígrafo o un dispositivo digital.
- Acceso a información sobre su visión y valores personales u organizacionales.
- Una hoja de trabajo o plantilla para guiar el proceso de establecimiento de objetivos.

### 5) CÓMO APLICAR LA HERRAMIENTA

Para aplicar la herramienta de establecimiento de objetivos, siga estos pasos:

1. Defina su visión y valores: comience por definir su visión y valores personales u organizacionales. ¿Cuál es el objetivo final que quieres alcanzar y cuáles son los valores que guían tus acciones?
2. Identifique sus prioridades clave: según su visión y valores, identifique las principales

# SKILL – Focus on what's important 1

## I&F

- prioridades que desea lograr. Estos pueden ser objetivos personales u organizacionales.
3. Establezca objetivos INTELIGENTES: desarrolle objetivos INTELIGENTES específicos, medibles, alcanzables, relevantes y con plazos determinados que estén alineados con sus prioridades.
  4. Cree una hoja de ruta: desarrolle un plan detallado que describa los pasos que debe seguir para lograr sus objetivos, incluidos cronogramas, recursos e hitos.
  5. Mida el progreso: realice un seguimiento regular de su progreso hacia sus objetivos y ajuste su plan según sea necesario.
  6. Celebre el éxito: Celebre sus éxitos a lo largo del camino para mantenerse motivado y concentrado.

### 6) QUÉ APRENDER

- Desarrollar objetivos específicos y mensurables que se alineen con su visión y valores.
- Crear una hoja de ruta para lograr sus objetivos.
- Realice un seguimiento del progreso hacia sus objetivos y ajuste su plan según sea necesario
- Mantenerse enfocado y motivado hacia el logro de sus objetivos.
- Celebre los éxitos a lo largo del camino para mantenerse motivado y concentrado.

### Hoja de trabajo para establecer metas

<b>Visión y Valores</b>	Defina su visión y valores personales u organizacionales.
<b>Prioridades clave</b>	Con base en su visión y valores, identifique sus principales prioridades.
<b>Metas INTELIGENTES</b>	Desarrolle objetivos INTELIGENTES que se alineen con sus prioridades clave. <ul style="list-style-type: none"><li>- Específico: ¿Qué es exactamente lo que quieres lograr?</li><li>- Medible: ¿Cómo medirás tu progreso hacia tu objetivo?</li><li>- Alcanzable: ¿Es su objetivo realista y alcanzable?</li><li>- Relevante: ¿Su objetivo se alinea con sus prioridades y valores clave?</li><li>- De duración determinada: ¿Cuándo quieres lograr tu objetivo?</li></ul>

# SKILL – Focus on what's important 1

## I&F

<b>Plan de ACCION</b>	Desarrolle un plan detallado que describa los pasos que debe seguir para lograr sus objetivos, incluidos cronogramas, recursos e hitos.
<b>Seguimiento del progreso</b>	Realice un seguimiento regular de su progreso hacia sus objetivos y ajuste su plan según sea necesario.
<b>Celebracion</b>	Celebre sus éxitos a lo largo del camino para mantenerse motivado y concentrado.



**Co-funded by  
the European Union**