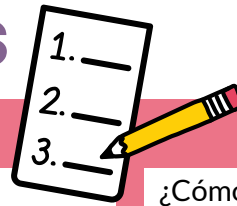


# Estableciendo Metas



## Reflexiona

¿Qué quieres lograr?

¿Por qué es importante para ti?

¿Cómo pueden otras personas apoyarte en el proceso de crear una meta?

## Considera:

¿Necesitas dividir tu meta en pasos más pequeños? ¿Por qué sí o por qué no?

¿Cómo vas a medir tu progreso?

¿Para cuándo quieres alcanzar tu meta?

## Retos:

¿Qué obstáculos podrían impedir que alcances tu meta?

¿Qué harás si te encuentras con un reto?

¿Quién puede apoyarte si necesitas ayuda?

Mi meta SMART es: