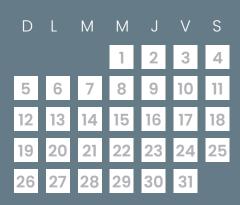
## 0 Enero 2025





## Objetivo, ¡consíguelo!

Establecerse objetivos más pequeños puede conducir a grandes cambios. Empiece 2025 identificando un objetivo personal y otro profesional siguiendo las directrices S.M.A.R.T. que se indican a continuación:

- **Específico:** especifique lo que quiere conseguir.
- Mensurable: asegúrese de que puede medir sus progresos.
- Alcanzable: reflexione sobre las posibilidades que tiene de lograr este objetivo.
- Relevante: explore si este objetivo se alinea con otras partes de su vida y sus valores.
- Plazos: establezca un plazo para alcanzar su objetivo.

Objetivo personal:

Objetivo profesional:



## ¿Necesita ayuda para fijarse objetivos?

¡Apúntese al Coaching de Vida en EFR!

Llame al 800-327-4692 o escanee la imagen para obtener más información.

