

Trabajar en objetivos

17-03-11

info@enfocoaching.es

Agenda 2º día. 17 de Marzo

1º Parte. Presentación de contenidos

2º Parte. Contenidos

- **OBJETIVO SMART**
- **TRABAJO SOBRE LA RUEDA**
- **MAPAS MENTALES**

3º Parte. Conclusiones

Agenda 2º día. 17 de Marzo

1º Parte. Presentación de contenidos

2º Parte. Contenidos

- **OBJETIVO SMART**
- **TRABAJO SOBRE LA RUEDA**
- **MAPAS MENTALES**

3º Parte. Conclusiones

OBJETIVO SMART

eSpecífico

¿Qué quieres conseguir exactamente? ¿Para qué quieres conseguirlo?

¿Qué vas a hacer para conseguirlo? ¿Cuándo? ¿Dónde? ¿Cómo?

Medible

¿Cómo vas a saber que lo has conseguido?

Alcanzable

¿Está en tus manos alcanzar el objetivo?, ¿depende de ti? si no depende de ti vuelve a especificarlo

Realista

¿Cuánto tiempo necesito? ¿Es suficiente el tiempo que voy a destinarle para conseguirlo?

¿Qué "precios" estás dispuesto a pagar? (¿Qué vas a ganar y perder con el cambio?)

Temporal

¿En qué fecha quieres conseguir tu objetivo?

¿Qué fases tiene? ¿Por dónde quieres empezar?

Agenda 2º día. 17 de Marzo

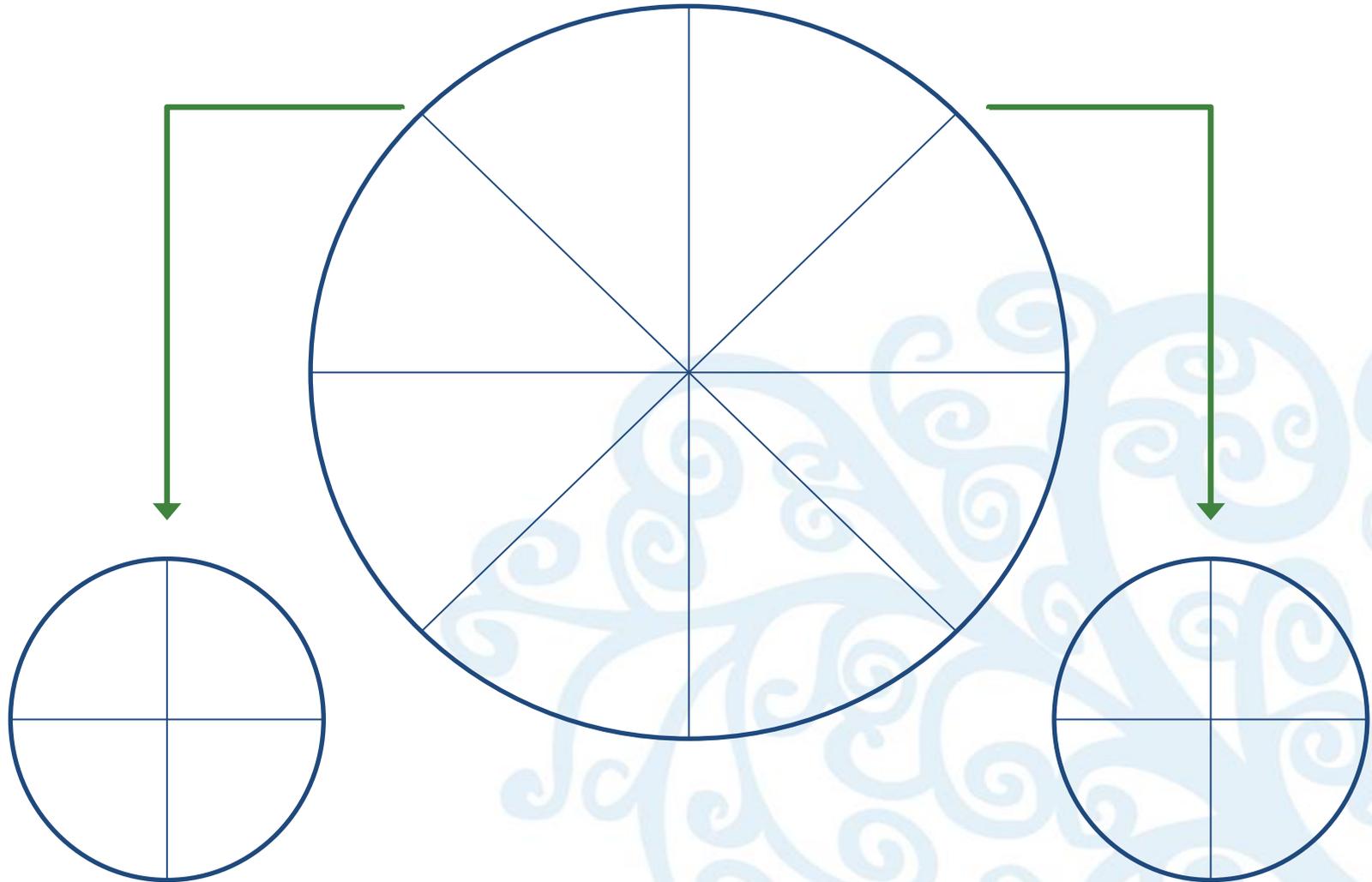
1º Parte. Presentación de contenidos

2º Parte. Contenidos

- **OBJETIVO SMART**
- **TRABAJO SOBRE LA RUEDA**
- **MAPAS MENTALES**

3º Parte. Conclusiones

Trabajo sobre la rueda



Agenda 2º día. 17 de Marzo

1º Parte. Presentación de contenidos

2º Parte. Contenidos

- **OBJETIVO SMART**
- **TRABAJO SOBRE LA RUEDA**
- **MAPAS MENTALES**

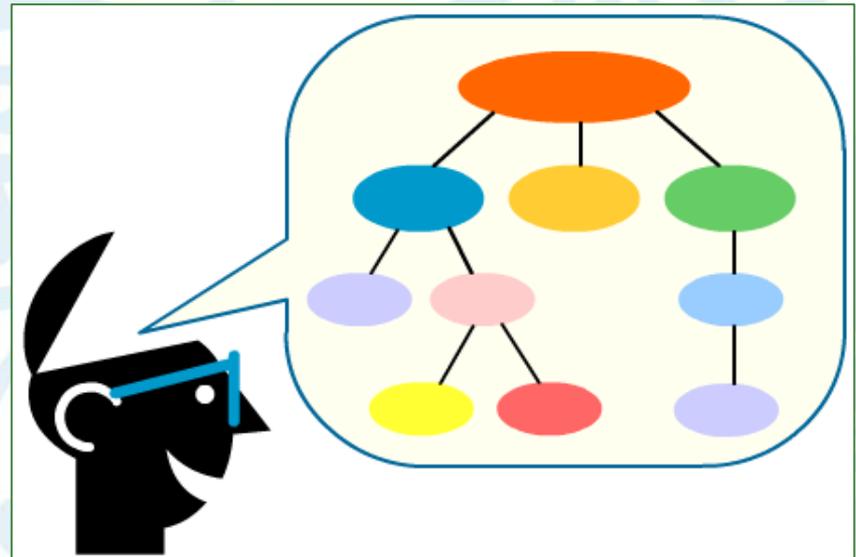
3º Parte. Conclusiones

Mapas Mentales. ¿Qué son?

Según Tony Buzan: “Expresiones del pensamiento según el funcionamiento natural de la mente que permite utilizar al máximo las capacidades mentales”

“Dedicado al cerebro humano y sus increíbles poderes de imaginación y asociación ambos desarrollados y potenciados mediante la magia de los mapas mentales”-

Tony Buzan, creador de los Mapas Mentales



Agenda 2º día. 17 de Marzo

1º Parte. Presentación de contenidos

2º Parte. Contenidos

- **OBJETIVO SMART**
- **TRABAJO SOBRE LA RUEDA**
- **MAPAS MENTALES**

3º Parte. Conclusiones

Conclusiones



GRACIAS

Queremos agradeceros la confianza mostrada en nosotras, vuestro interés en mejorar y el tiempo destinado a conseguirlo



Nuria Eslava
Esther Fernández