

Aprendiendo a plantear **OBJETIVOS**



Estimados padres de familia:

Estamos iniciando un nuevo bimestre. Como todo inicio, es una oportunidad para que sus hijos mejoren lo hecho anteriormente, de manera que se alcancen los resultados esperados.

Pero, ¿cómo podrán lograr lo que quieren? y lo más importante, ¿cómo podrán confirmar que en efecto lo han logrado?

La respuesta puede sonar sencilla: “planteándose objetivos”. Sin embargo, es importante tener claridad, de cómo se debe hacer, para que estos no queden solo como buenos deseos o intenciones.

Desde hace un tiempo, se viene hablando de los llamados objetivos SMART, donde cada letra se relaciona con una característica que debe cumplir un objetivo (las siglas están en inglés).

Aprendamos con nuestros hijos a plantear estos objetivos SMART, conociendo cada una de sus características:



Aprendamos con nuestros hijos a plantear estos objetivos SMART, conociendo cada una de sus características:

Específico (Specific): Suele pasar que cuando decidimos hacer alguna mejora, nuestras ideas son poco precisas, por ejemplo: quiero mejorar mis notas. Esta afirmación puede ser más una buena idea o un pensamiento positivo, pero no es un objetivo. Un objetivo hace referencia a una acción o resultado concreto. Del ejemplo anterior, podemos reformular la frase con: quiero obtener una calificación de A en matemática.

Medible (Measurable): Esta es una característica muy importante. Al plantearse un objetivo, debemos asegurarnos de que, en un tiempo determinado, podamos decir si se logró o no. Del ejemplo líneas arriba, queda claro que, si se obtuviera una B en matemática, el objetivo no estaría cumplido.



Alcanzable (Achievable): Un buen objetivo es aquel que realmente se puede alcanzar. Cuando tenemos un objetivo demasiado amplio, es mejor desagregarlo en pequeños pasos, que sean posibles de alcanzar. Además, tenemos que prever las ayudas necesarias, si es que mis competencias en matemática, siguiendo con el ejemplo, no están bien desarrolladas.

Relevante (Relevant): Para no perder la motivación frente a un objetivo planteado, es necesario que este sea importante para uno mismo, teniendo presente que esta importancia puede variar dependiendo de cada persona.

De Duración Determinada (Time-Bound): El definir un tiempo en el cual deseamos alcanzar lo propuesto nos va a ayudar a no caer en la tentación de postergar las acciones que nos llevarán a alcanzar nuestro objetivo. También nos ayudará a organizar nuestras actividades.

Al plantear objetivos SMART podemos dar pasos seguros para seguir en nuestro proceso de mejora continua. Estos objetivos pueden aplicarse a diferentes aspectos de la vida, no solo en lo académico.





Fuentes:

Recuperado de: <https://es.snhu.edu/noticia/que-son-los-objetivos-smart> el 10 de mayo del 2021 y editado para este Boletín.