

Establecer metas personales

Es muy probable que usted esté trabajando duro para “salir adelante”... ¿pero hacia dónde se dirige? ¿Qué tipo de cosas quisiera hacer, tener y lograr en los próximos meses o años?

Probablemente tenga metas en diversas áreas de su vida, como el trabajo, finanzas, educación o estado físico. Algunas de estas metas pueden ser a corto plazo, por ejemplo, obtener un ascenso laboral, comprar ropa nueva o irse de viaje de vacaciones. Otras metas pueden ser a largo plazo, como comprar una casa, iniciar un negocio o pagar la educación universitaria.

Las metas pueden guiarle financieramente

Establecer metas financieras puede servirle para guiar sus ahorros, inversiones, y la administración de su dinero en general. Para determinar sus metas financieras, imagine su futuro:

- ¿Dónde desea vivir? ¿En qué tipo de vivienda? ¿En qué clase de vecindario?
- ¿Cuál será su estilo de vida, tanto cuando está empleado como una vez que se jubile?
- ¿Cómo quisiera dejar un legado a la siguiente generación y donar a la comunidad?

Anote sus metas

Para conseguir sus metas, puede ser útil escribirlas en un papel, en lugar de simplemente pensar en ellas. Al anotar sus metas, puede serle más fácil determinar exactamente qué quiere lograr, y cuándo. Le ayudará a ver qué cosas son realmente importantes para usted, y dónde concentrar su tiempo y esfuerzos. Por eso, escribir sus metas es un excelente primer paso para que sus ideas puedan pasar de los sueños a la realidad.

Use la planilla que figura abajo para describir sus metas a largo plazo, a corto plazo e inmediatas en las diferentes categorías. Con el paso del tiempo, a medida que cambien sus circunstancias personales, sus metas pueden también cambiar. Actualice sus metas con regularidad y durante las épocas de cambios importantes.

METAS	Fecha de comienzo	Fecha de la meta	Trabajo	Finanzas	Educación	Salud y bienestar	Comunidad	Desarrollo personal	Diversión

Después de anotar sus metas, tendrá que identificar algunas medidas específicas que puede tomar para lograrlas. Cuando enumere sus metas y considere los pasos a seguir, use el esquema S.M.A.R.T. (inteligente, en inglés). Al usar el esquema S.M.A.R.T., podría establecer su meta del siguiente modo:

Specific (Específica): Sedán de 4 puertas

Measurable (Mensurable): Ahorrar \$200 por mes

Attainable (o *Adjustable*) (Alcanzable o Adaptable): Reducir los gastos discrecionales, entre ellos, comprar el almuerzo en el trabajo

Realistic (Realista): Actualmente estoy gastando más de \$200 por mes en gastos discrecionales. Puedo afrontarlo.

Time-bound (De duración limitada): el 31 de diciembre.

Al reducir mis gastos discrecionales, principalmente comprar el almuerzo en el trabajo, ahorraré \$2,400 (\$200 por mes) para el pago inicial de mi nuevo sedán de 4 puertas a más tardar el 31 de diciembre.

Ejecute su plan

Convierta sus metas en medidas tangibles. Este es un ejemplo de una meta identificada usando el esquema S.M.A.R.T. y los pasos requeridos (en su forma más simple) para garantizar el éxito:

META	Fecha de comienzo	Fecha de la meta	Trabajo	Finanzas	Educación	Salud y bienestar	Comunidad	Desarrollo personal	Diversión
Comprar un sedán de 4 puertas	1 de enero	31 de diciembre		X					

Al reducir mis gastos discrecionales, principalmente comprar el almuerzo en el trabajo, ahorraré \$2,400 (\$200 por mes) para el pago inicial de mi nuevo sedán de 4 puertas a más tardar el 31 de diciembre.

Medidas específicas que tomaré:

1. En lugar de comprar el almuerzo en el trabajo, prepararé el almuerzo en casa y lo llevaré al trabajo, y así ahorraré \$50 por semana.
2. Ahorraré los \$50 que no gastaré al no comprar el almuerzo en el trabajo en una cuenta que paga intereses separada de mi cuenta de gastos diarios.
3. Ahorraré todos los demás fondos discrecionales y el dinero que reciba de manera inesperada, como una comisión del trabajo o dinero que reciba como regalo, para que me ayuden a alcanzar mi meta de ahorro más rápidamente.
4. En noviembre, haré una investigación sobre los automóviles nuevos e identificaré los vehículos que me gusten.
5. A principios de diciembre, haré una prueba de manejo de los automóviles de mi lista reducida.
6. A finales de diciembre, programaré una cita en el concesionario y llevaré los \$2,400 que habré ahorrado para ayudar a que el pago mensual de mi automóvil sea más razonable.

Inténtelo:

META	Fecha de comienzo	Fecha de la meta	Trabajo	Finanzas	Educación	Salud y bienestar	Comunidad	Desarrollo personal	Diversión

Meta S.M.A.R.T.:

Pasos a seguir

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

Hoja de trabajo para establecer metas personales

Al determinar sus metas, considere qué tendrá que hacer, qué obstáculos puede tener que afrontar y cómo los va a afrontar, qué recursos va a necesitar y quiénes pueden proporcionarle ayuda. Actualice sus metas con regularidad y durante las épocas de cambios importantes.

INMEDIATAS (próximos 6 meses a 1 año)

METAS	Fecha de comienzo	Fecha de la meta	Trabajo	Finanzas	Educación	Salud y bienestar	Comunidad	Desarrollo personal	Diversión

A CORTO PLAZO (los próximos 1 a 5 años)

METAS	Fecha de comienzo	Fecha de la meta	Trabajo	Finanzas	Educación	Salud y bienestar	Comunidad	Desarrollo personal	Diversión

A LARGO PLAZO (los próximos 6 a 10 años)

METAS	Fecha de comienzo	Fecha de la meta	Trabajo	Finanzas	Educación	Salud y bienestar	Comunidad	Desarrollo personal	Diversión

Pasos a seguir

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.