



# Smart

## 📋 Descripción

Instrumento que permite **valorar en qué estado se encuentra el objetivo del cliente** en relación a su planteamiento y consecución.

## 🎯 Objetivos

Trabajar de forma ordenada las características principales de los **objetivos bien definidos para su correcta formulación.**

## 🕒 Desarrollo

¿Cómo **definir el objetivo?**

1. El cliente plantea un **propósito para llegar al estado deseado.**
2. El coach formula **preguntas** en función de las siglas **SMART.**
3. El cliente **reflexiona sobre los detalles de su objetivo.**

## SMART

**Specific:** objetivo definido con claridad

**Measurable:** medible para saber si logra

**Achievable:** debe ser alcanzable

**Realistic:** objetivo desafiante y realista

**Time-Bound:** plazo para su definición y cronograma de las tareas