

METAS VÁLIDAS

Enumera tres metas en la columna de la izquierda. Responde sí o no para cada pregunta para evaluar cada meta en forma individual. Si alguna vez respondes “no” a alguna, corrige la meta para que sea válida.

Metas	¿Es personal?	¿Es realista?	¿Las consecuencias son positivas?	¿Tiene un plazo límite?	Metas corregidas
1.					
2.					
3.					