



## Lista De Verificación De Objetivos

- Crear un objetivo específico para lograr.
- Identifique y registre una razón emocional para lograr su objetivo.
- Visualice lo que será diferente cuando alcance su objetivo.
- Anticipe y planifique cualquier posible efecto secundario desagradable de alcanzar su objetivo.
- Identifique las herramientas o habilidades que necesitará para lograr su objetivo.
- Busque a cualquier persona que haya logrado algo similar a su objetivo.
- Obtener los elementos que necesita para lograr su objetivo.
- Revise el cronograma actual mientras determina su línea de tiempo objetivo.
- Programe sus tareas y pasos de acción para lograr su objetivo.
- Póngase en contacto con aquellos que lo ayudarán o podrían ayudarlo a lograr su objetivo.
- Determine un método para medir el progreso de su objetivo.
- Crear nuevos hábitos con disparadores de hábitos.
- Reclutar o contratar un socio de responsabilidad o mentor de objetivos.
- ¡Celebra el logro exitoso de la meta!
- ¡Envíe un correo electrónico a [Elizabeth@ThriveThisDay.com](mailto:Elizabeth@ThriveThisDay.com) para compartir el éxito!