Cómo escribir una meta que un extraño pueda medir.

Read this lesson in English

Qué es. Una meta medible tiene cuatro partes: la **condición** (cuándo, dónde, con qué), la **conducta** (lo que la persona va a hacer, en palabras que se puedan ver), el **criterio** (qué tan bien, qué tan seguido, por cuánto tiempo, con quién) y la **fecha**. Además, la **línea base**: lo que hace ahora.

Por qué importa. "Mejorará sus habilidades sociales" no se puede cumplir ni fallar. Los revisores la regresan, y peor, nadie puede decir si el niño está mejor. Una meta que un extraño puede medir es una meta sobre la que el equipo puede ser honesto.

EL MÉTODO

Cómo escribirla usted mismo: ocho pasos, y luego la prueba del extraño.

1. **Empiece por el problema, en palabras sencillas.** "No pide ayuda; rompe el papel."
2. **Nombre la conducta que va a ver en su lugar, como algo que sí hacer.** "Pide ayuda diciendo 'ayuda, por favor' o entregando la tarjeta de ayuda."
3. **Agregue la condición.** "Cuando recibe una tarea individual que no puede terminar, en el salón…"
4. **Ponga el criterio**: exactitud (80% de las oportunidades), constancia (durante tres semanas seguidas, o cinco sesiones) y alcance (dos lugares, dos adultos). El alcance es lo que hace que una habilidad sea real y no un truco para un solo cuarto.

Gratis de DRAGEN. Lección gratis: dragen.cloud/learn-goals-es. Se puede imprimir, copiar y compartir gratis para su propio trabajo, salón o familia; no se permite su venta. No está afiliado ni respaldado por la BACB. Es educación general, no consejo médico ni clínico para una persona. Una hoja llena es un registro privado: guárdela como tal. © 2026 Chase Alexander Hought.

5. **Agregue la fecha.** Seis meses después, o el fin del año del IEP. Una fecha que ya pasó es una meta que ya falló.
6. **Escriba la línea base justo abajo**: lo que hace ahora, con el número y las fechas en que se midió. Sin línea base, no hay progreso: no hay con qué comparar.
7. **Para tratamientos pagados por un seguro, agregue el "para que".** Por qué importa esta habilidad para esta persona: "...para reemplazar romper el papel, que hoy termina cuatro de cada cinco periodos de trabajo." Los revisores lo piden en cada ciclo.
8. **La prueba del extraño.** Dele la meta a alguien que nunca ha conocido al niño. ¿Puede decir sí o no, solo con los datos, si se cumplió? Si tiene que preguntarle algo a usted, reescríbala.

EJEMPLO RESUELTO

Noah, antes y después.

Ejemplo inventado. Los nombres y los números de abajo son inventados para mostrar el método.

Antes	Después
"Noah mejorará su comunicación."	"Para marzo de 2027, cuando reciba una tarea individual que no pueda terminar en el salón, Noah pedirá ayuda diciendo 'ayuda, por favor' o entregando la tarjeta de ayuda en el 80% de las oportunidades durante tres semanas seguidas, con dos adultos distintos, para reemplazar romper el papel. Línea base: 0 de 12 oportunidades, observadas del 8 al 12 de septiembre de 2026."

Para una conducta que quiere ver menos, escriba las dos mitades: la habilidad que la reemplaza (arriba) y la reducción, con una tasa y un plazo: "romper papel bajará de

Gratis de DRAGEN. Lección gratis: dragen.cloud/learn-goals-es. Se puede imprimir, copiar y compartir gratis para su propio trabajo, salón o familia; no se permite su venta. No está afiliado ni respaldado por la BACB. Es educación general, no consejo médico ni clínico para una persona. Una hoja llena es un registro privado: guárdela como tal. © 2026 Chase Alexander Hought.

cuatro veces por día escolar a cero por día escolar durante diez días escolares seguidos". Una meta nombra qué enseñar; la otra nombra qué debe desaparecer gracias a eso.

ERRORES QUE EVITAR

Las metas que regresan de la revisión.

- "Disminuirá conductas." ¿Cuáles conductas? ¿De cuánto a cuánto?
- Un porcentaje sin número de oportunidades. El 80% de dos oportunidades es una buena tarde.
- "Con 80% de exactitud" en algo que es sí o no una vez al día. Use días de tantos días.
- Un criterio para el que nadie está tomando datos. Si no se va a medir, es un deseo.
- La meta del año pasado con la fecha cambiada. La prueba del extraño lo detecta: la línea base tendrá un año.
- Subir las palabras cuando los datos no se movieron. "Emergente" no se vuelve "adquirida" porque ya toca el informe.

PRUÉBELO

Una pregunta, y luego la respuesta.

"Mateo mejorará sus habilidades para escuchar con 80% de exactitud para junio." ¿Qué no pasa la prueba del extraño?

▼ Ver la respuesta, y por qué

Gratis de DRAGEN. Lección gratis: dragen.cloud/learn-goals-es. Se puede imprimir, copiar y compartir gratis para su propio trabajo, salón o familia; no se permite su venta. No está afiliado ni respaldado por la BACB. Es educación general, no consejo médico ni clínico para una persona. Una hoja llena es un registro privado: guárdela como tal. © 2026 Chase Alexander Hought.

Casi todo. “Habilidades para escuchar” no es algo que se pueda ver pasar; no hay condición, ni número de oportunidades, ni constancia ni alcance, ni línea base. Un extraño no podría decir sí o no. Una forma de reescribirla: “Para junio de 2027, cuando reciba una instrucción de un paso en el salón, Mateo empezará la instrucción en menos de diez segundos en el 80% de diez oportunidades durante cinco días seguidos, con dos adultos distintos. Línea base: 2 de 10 oportunidades, medidas del 14 al 18 de septiembre de 2026 (inventada).”

Algo para guardar

Plantilla para escribir metas.

Llene los espacios, léala en voz alta, y luego désela a alguien que nunca ha conocido al niño.

Hojas gratis en PDF, en blanco y negro. Lo que escriba en ellas no se envía a ningún lado. Todas las hojas gratis.

DÓNDE AYUDA DRAGEN

Para familias: léala con la prueba del extraño.

Cuando lea las metas del IEP o de un plan de tratamiento, hágales esta prueba. Si no puede decir cómo se va a saber si se cumplió, pregúntelo en la reunión.

FUENTE

De dónde viene esto.

Gratis de DRAGEN. Lección gratis: dragen.cloud/learn-goals-es. Se puede imprimir, copiar y compartir gratis para su propio trabajo, salón o familia; no se permite su venta. No está afiliado ni respaldado por la BACB. Es educación general, no consejo médico ni clínico para una persona. Una hoja llena es un registro privado: guárdela como tal. © 2026 Chase Alexander Hought.

Mager, *Preparing Instructional Objectives* (3.ª ed., 1997), por la condición, la conducta y el criterio; Cooper, Heron y Heward, *Applied Behavior Analysis* (3.ª ed., 2020), sobre las definiciones operacionales y cómo escoger conductas meta. Las aseguradoras publican sus propios requisitos para los informes; donde la suya pida más, la suya manda.

Los ejemplos de esta página son inventados. No contienen información de clientes, estudiantes ni familias. Esta lección enseña un método; no reemplaza al equipo de cuidado de su hijo o hija, a su BCBA ni las reglas escritas de su aseguradora.

Gratis de DRAGEN. Lección gratis: dragen.cloud/learn-goals-es. Se puede imprimir, copiar y compartir gratis para su propio trabajo, salón o familia; no se permite su venta. No está afiliado ni respaldado por la BACB. Es educación general, no consejo médico ni clínico para una persona. Una hoja llena es un registro privado: guárdela como tal. © 2026 Chase Alexander Hought.