

# 3.2

## Mis metas logradas

“Comienza con el fin en mente”.

Stephen Covey.

¿Por qué es importante creer que puedo lograr mis metas? Esta pregunta tiene una respuesta en tu vida: antes lo has logrado. Fijarte metas importantes y factibles para ti, te llevará por el camino que te permitirá lograr tu proyecto de vida. Lo has logrado antes: valora tus esfuerzos para alcanzarlas.

**El reto es** definir metas significativas y factibles a mediano y largo plazo, basadas en el reconocimiento de sus logros pasados y en una visión futura de sí mismo.

### Actividad 1.

a. De forma individual, lee la siguiente situación.

Francisco tiene miedo de ingresar a la licenciatura. Cree que, como es un nivel más alto, no podrá cumplir las expectativas que él mismo se ha fijado, por lo que está pensando en trabajar en el negocio familiar, lo cual no le agrada mucho, pero como conoce las actividades que allí se realizan, no tiene mayor problema en efectuarlas.

b. Reflexiona con base en las preguntas:

- ¿Qué debe considerar Francisco antes de tomar la decisión de no continuar sus estudios por miedo al futuro?
- ¿Crees que sea adecuado que él reflexione sobre este mismo miedo cuando ingresó a los niveles educativos que ya cursó?
- ¿Qué le recomendarías a Francisco para que tome una decisión consciente y responsable?

c. Escribe aquí o en tu cuaderno, cuál era tu principal **temor** al ingresar en cada nivel educativo y cómo lo venciste.

|              | Principal temor al ingresar a... | ¿Cómo lo vencí? |
|--------------|----------------------------------|-----------------|
| Primaria     |                                  |                 |
| Secundaria   |                                  |                 |
| Preparatoria |                                  |                 |

**Actividad 2.**

- Formen equipos y piensen en algunas situaciones en las que han sentido temor al tener que tomar una decisión. Conversen sobre cómo lo enfrentaron para alcanzar sus metas.
- De manera grupal y con la ayuda de su profesor, contesten la siguiente pregunta:
  - ¿Cómo les ha servido su experiencia para enfrentar situaciones nuevas en la actualidad?

**Reafirmo y ordeno**

En ocasiones, el temor nos limita a realizar aquello que deseamos, nos paraliza si es que no logramos encauzarlo de manera consciente y productiva. Por tal motivo, antes de abrirle un espacio a esa emoción, recuerda cómo lo has superado y los logros que has obtenido al hacerlo.

Escribe en un minuto  
qué te llevas de la lección

**Para tu vida diaria**

Organicen *círculos de motivación* entre sus compañeros, con la finalidad de apoyarse cuando sientan temor o tengan la idea de imposibilidad. Recuerden que lo han logrado antes y podrán seguir haciéndolo.

**¿Quieres saber más?**

Ve la película *Ágora* (Alejandro Amenábar, 2009), en la que se cuenta la vida de Hipatia, una filósofa griega que perseveró hasta lograr sus metas, porque sabía que lo había logrado, como mujer, anteriormente.

**CONCEPTO CLAVE****Temor:**

Es una emoción que hace que las personas huyan o rehúsen aquello que les provoca inseguridad o peligro.