

11.5

Inspiración y enfoque en mis metas

“Ve definitivamente en dirección de tus sueños. Vive la vida que imaginaste tener”.

Henry David Thoreau.

Los aliados en tu vida (familia, amigos, pareja, profesores), configuran una red de apoyo que es primordial en el establecimiento de proyectos y metas a largo plazo. Ellos, y seguramente otras personas, son fuente de conocimiento, experiencia e **inspiración** para mantenerte enfocado y seguir hacia adelante en tus metas.

El reto es identificar a los aliados en tu familia, escuela y comunidad (personas o grupos) quienes pueden ser fuente de inspiración y apoyo para el cumplimiento de metas a largo plazo.

Actividad 1.

a. Identifica algún familiar, compañero de la escuela, vecino u otra persona que te haya ayudado e inspirado para avanzar hacia el logro de tus metas. Escribe aquí o en tu cuaderno tu experiencia.

b. ¿Qué aprendiste de la experiencia que compartiste en el inciso anterior?

c. ¿De qué otras formas pueden ayudarte las demás personas para enfocarte en alcanzar tus metas a largo plazo?

Actividad 2.

a. Llena la siguiente tabla.

- Escribe una meta que tengas a largo plazo.
- Describe cómo te pueden ayudar a cumplir esa meta tu familia, tus amigos u otras personas.

Meta		
Familia	Amigo	Otras personas

- b. Si así lo deseas comparte tu tabla con el grupo.
- c. Con la guía de su profesor, contesten la siguiente pregunta:
- ¿Por qué es importante identificar a los aliados que nos pueden ayudar a cumplir nuestras metas?

Reafirmo y ordeno

Existen muchos ejemplos inspiradores y seguramente tienes algunas historias que puedes recordar y te pueden motivar cuando las cosas parecen complicarse. Es importante identificar los aprendizajes a partir de las experiencias con las demás personas, ya que pueden ayudarte a mantenerte enfocado en la realización de tus metas a largo plazo.

Escribe en un minuto
qué te llevas de la lección



Para tu vida diaria

Platica con tu familia acerca de las experiencias donde hayan recibido ayuda de otras personas para alcanzar sus metas, y reflexionen sobre lo que han aprendido de ellas, compartirlas también puede resultar inspirador.

¿Quieres saber más?

Lee con atención el poema "Vive", del actor, director e ícono de la cinematografía y la comedia Charles Chaplin, que te ayudará a encontrar inspiración de una forma emotiva y positiva.

<http://www.upsocl.com/inspiracion/maravilloso-poema-de-charles-chaplin-el-mundo-pertenece-a-quien-se-atreve/>

CONCEPTO CLAVE

Inspiración:

Es el resultado de la admiración hacia una persona o acción que nos mueve a generar grandes cosas o a cumplir metas y a provocarnos un sentimiento de éxito.