

# 3.1

## Yo decido mi futuro

*“No existe el tiempo perfecto.”*  
Anónimo

Muchas personas desean tener una carrera universitaria, pero no todas logran realizarla ¿Te has puesto a pensar qué debes hacer para lograr tus **metas significativas**?

El primer paso es, ¡identificar lo que queremos lograr! En otras palabras, significa saber cuál sería una meta significativa en tu vida.

Y después, manos a la obra. Hay que tomar las decisiones cruciales que ajusten la dirección de nuestro camino al rumbo que hemos elegido. Es lo que abordaremos en esta variación.

El **reto** es identificar decisiones que puede tomar en el corto, mediano y largo plazo considerando aquellas que son cruciales para alcanzar sus metas.

### Actividad 1

En equipos, analicen las historias representadas en la siguiente imagen.

- Menciona tres diferencias y tres similitudes entre las historias de vida de Jaime y Javier.

---



---



---



---



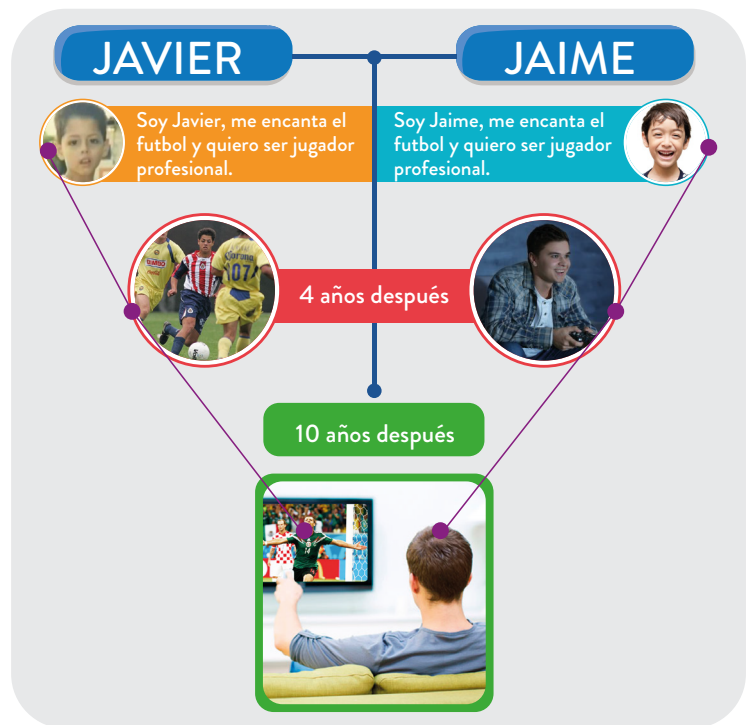
---



---



---



- Reflexionen: ¿Qué relación pueden encontrar entre metas, hábitos, conductas y toma responsables de decisiones?

## Actividad 2

Reflexiona de manera individual.

- a. Anota una meta personal a largo plazo (puedes retomar las que ya has trabajado en las lecciones de este curso u otra nueva).

---

- b. Escribe dos decisiones cruciales que debes tomar en este momento para poder alcanzar tu meta.

• \_\_\_\_\_

• \_\_\_\_\_

Escribe en un minuto  
qué te llevas de la lección



### Reafirmo y ordeno

Reflexionar sobre nuestras metas nos ayuda a identificar qué decisiones debemos tomar para cumplir cuanto nos proponemos. Esto es muy importante pues solemos no darnos cuenta de que tenemos la oportunidad de tomar decisiones para cambiar el rumbo de nuestras vidas, éstas son las que llamamos “cruciales”. Por ejemplo, es muy común no notar que podemos mejorar nuestros hábitos de estudio o de alimentación; o si lo hacemos, algo sucede e impide que pasemos a la acción. En este curso te haremos recomendaciones para tomar decisiones que favorezcan el logro de metas y tu proyecto de vida.

### Para tu vida diaria

Continúa reflexionando sobre la importancia que tiene pensar en el futuro. Haz una lista de cosas que puedes empezar a decidir en el corto plazo, que son cruciales, para alcanzar lo que desees en el largo plazo.

### ¿Quieres saber más?

En este video, la abuela de Javier Hernández “Chicharrito” cuenta la historia de su nieto y cómo alcanzó su sueño de ser futbolista: [https://www.youtube.com/watch?v=Q4X-f\\_cphsA](https://www.youtube.com/watch?v=Q4X-f_cphsA)

### Concepto clave

#### Meta significativa:

Las características de las metas que se establecen modulan la persistencia y determinan las acciones o planes que el individuo toma para lograrlas. La meta será significativa cuando:<sup>1</sup>

- Esté en línea con sus intereses y anhelos.
- La considere importante y le genere satisfacción.
- Represente un reto, pero sea factible.
- Sea específica y clara para que pueda evaluar sus avances.

1. Locke, E. A., y Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year odyssey. *American Psychologist*, 57(9), 705.