

3.6

Las metas también cambian

“Una meta no siempre está hecha para ser alcanzada, muchas veces sirve como algo a lo que hay que apuntar”.

Bruce Lee.

Cuando nos fijamos metas que pretendemos alcanzar, según nuestros deseos, en algunas ocasiones las condiciones para lograrlas pueden transformarse. Ante esto, las personas pueden optar por **resistirse a los cambios** o adaptarse a ellos. La primera opción trae consigo desventajas conductuales y emocionales, mientras que la segunda favorece el desarrollo de estrategias para enfrentar los retos y alcanzar las metas. **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. Lee la siguiente situación.

Francisco quiere estudiar la carrera de medicina forense después de terminar sus estudios de media superior. Sin embargo, a sus padres les ofrecieron trabajar en otra entidad de la república, en donde las universidades no ofrecen esa licenciatura. Por lo que le han sugerido ingresar a la licenciatura en medicina, pero él no quiere renunciar a su meta.

b. Responde las siguientes preguntas.

- ¿Qué le recomendarías a Francisco?
- ¿Qué opciones podría elegir ante la situación que se le presenta?
- ¿Consideras que es correcto que modifique su deseo de estudiar la licenciatura que tenía en mente?

c. Escribe las respuestas en tu cuaderno y compártelas con tu compañero de junto.

Actividad 2.

a. De forma individual, escribe aquí o en tu cuaderno, una meta que tengas planeada después de concluir el bachillerato.

b. ¿Cuáles serían algunos motivos por los que tendrías que cambiar dicha meta?

c. Replantea tu meta a partir de los motivos que expusiste en el inciso anterior.

d. Comparte al grupo tus respuestas, si así lo deseas.

Reafirmo y ordeno

Distingue que el cambio puede hacerse presente en cualquier momento de tu vida, por lo que tus metas deben de ser flexibles y transformarse para responder adecuadamente a las nuevas circunstancias. Sin embargo, también es importante que identifiques lo que permanece en ti: tus aspiraciones y motivaciones, ya que para adaptarse a los cambios se requiere mantener vivo lo que se desea.

Escribe en un minuto
qué te llevas de la lección



Para tu vida diaria

Pregunta a tus familiares y amistades si alguna ocasión tuvieron que ajustar sus metas debido a un cambio en sus vidas. Escúchalos y aprende de sus experiencias.

¿Quieres saber más?

Observa el video *Por los sueños se suspira, por las metas se trabaja*, en el cual Humberto Ramos cuenta su experiencia sobre cómo tuvo que modificar algunas de sus metas para convertirse en el dibujante de El Hombre Araña. Lo puedes ver en <https://www.youtube.com/watch?v=6NTM8gVauY0>

CONCEPTO CLAVE

Resistencia al cambio:

Obstinación negativa por permanecer firme a una idea o creencia, aun cuando las condiciones no la favorecen.