

Tema 10. Mi plan de vida

Introducción

Seguramente cuando eras pequeño, pensabas en que cuando crecieras, querías estudiar determinada profesión y más adelante fuiste cambiando de idea sobre las diferentes profesiones conforme las ibas conociendo y la razón es que al paso del tiempo no solo te has ido dando cuenta de las habilidades que has ido desarrollando, sino que además has ido conociendo tus intereses, tu personalidad y las fortalezas que conforman tu carácter. Todo esto te va llevando a tomar decisiones cada vez más enfocadas a quien eres hasta este momento.

No importa cuántas veces has cambiado de idea sobre las profesiones, tampoco importa si has estado indeciso sobre dos de ellas, al contrario, eso te ha llevado a preguntarte una vez más sobre lo que quieres que suceda en tu vida y a lo que quieres dedicarte en un futuro, por eso es necesario plantearse una visión y una misión para desarrollar un plan estratégico y poder llevarlo a cabo.

Todas las áreas que intervienen en tu vida se ven involucradas para el logro de tus objetivos, solo hay que ir desglosándolos para llegar a ellos, por ejemplo, una meta puede ser comprarte un auto, para ello, hay que ver el precio, la cantidad de dinero que ahorrarás para el enganche, los requisitos que debes cubrir y empezar a pedir informes para ir fijando metas a corto plazo que te permitan llegar hasta donde deseas.

Es fácil lograr lo que te propones, solo necesitas desearlo, planear cómo lograrlo y ser constante en tus objetivos a corto plazo, ¡Mucha suerte!



Subtema 1. Mi visión

Tal vez sepas que las organizaciones o empresas que pretenden tener éxito en lo que hacen, deben primero marcarse una visión y misión. Lo mismo sucede con las personas: una visión es una **imagen inspiradora** de cómo quieres estar, vivir y sentirte en tu vida.

Piensa entonces en ello:

1. **Visualiza** a dónde quieres llegar en tu futuro, cuál es ese sueño que perseguirás; pueden ser varios, pero cuida que sean compatibles. Es decir, que para cumplir uno no debes descuidar el otro, porque así te estarás boicoteando a ti mismo (a).
2. **Logra un equilibrio** de forma que tus sueños se alineen, siendo fuente de felicidad y satisfacción para ti.
3. **Por ejemplo**, uno de tus sueños puede ser tener un matrimonio feliz con tres hijos; o alcanzar la dirección general de una empresa trasnacional; o fundar una universidad; o escribir un libro y viajar por el mundo para promocionarlo.



Piensa en grande, pero ponle un trasfondo de grandeza no sólo económica o de fama, sino de satisfacción, orgullo personal y utilidad para la humanidad.

Cito a Mora (1995) cuando dice: "...todo cuanto el hombre desee, si lo desea fervientemente lo logra. El deseo, cuando es constante e inquebrantable, sin dudas ni vacilaciones, y está acompañado de una actitud emprendedora, dispuesta a cualquier esfuerzo extraordinario y aun al sacrificio, jamás concluirá en un fracaso, siempre se verá coronado de éxito".

Pero reflexiona: no sólo es cuestión de tener, de acumular riqueza o fama, sino también de saber, de conocer, de ser una persona de verdad. Dice Mora (1995) que la persona **íntegra** sabe muy bien que su realización personal no consiste sólo en tener, sino, y, ante todo, en ser, hacer y dar.

No te pongas límites, no pienses de inmediato: "no puedo", "eso no es para mí", o "eso es imposible". Toma en cuenta lo que dice Guillermo Mora, (1995) al respecto:

¿Qué significa decir no puedo?	“Muchas veces, la expresión no puedo es simplemente un sinónimo de no quiero, no me arriesgo, no me atrevo, me da miedo.
--------------------------------	--

El simple hecho de que un deseo pase por la mente y el corazón de una persona ya es augurio de poder realizarse, dice Mora, (1995).

Tomemos un ejercicio sencillo de Casares y Siliceo, (1992) que nos puede ayudar a **definir** nuestra visión en la vida, la cual puede estar compuesta por sueños. La cantidad de los sueños los decides tú; pueden ser más o menos elementos en cada una de las siguientes áreas:

- a. Sueños que me gustaría lograr en mi área **física** (se refiere a mi salud, ejercicio físico, cuerpo, vestido, casa, alimentación, objetos materiales, cosas, dinero):

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

- b. Sueños que me gustaría lograr en el área **afectiva** (se refiere al dar y recibir afecto, ternura, a tener amistades, amor, gozo, sensibilidad, familia, matrimonio, relaciones íntimas):

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

Innovación con propósito de vida.

- c. Sueños que me gustaría lograr en mi área social (se refiere a relaciones con personas fuera de **mi núcleo familiar o de amistad íntima**: relaciones con conocidos, compañeros, amigos casuales, nuevos amigos, por mencionar algunos):

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

- d. Sueños en el área **espiritual** (ética, valores, ideales, religión, amor al prójimo, ayuda desinteresada, entre otros):

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

- e. Sueños en el área **profesional** (educación, capacitación, carrera, metas de trabajo):

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

- f. Sueños del área **política** (preocupación por lo social, lo comunitario, sentido de participación con los vecinos, compañeros y **sociedad en general**):

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

¿De qué te diste cuenta?; todas las áreas que intervienen en tu vida son muy importantes ya que necesitas tener un equilibrio entre todas, sin embargo, también encontrarás algunas áreas que se encuentran deficientes en metas y tal vez a ellas hay que dedicarles más tiempo que a las demás.

Tú eres un experto en tu vida y, por lo tanto, sabes qué es lo que necesitas y a dónde quieres ir y para poder lograrlo, necesitas de estrategias que te permitan llegar a tu meta y la misión de tu vida te ayudará a ubicar el camino para llegar a ellas, como verás más adelante.



Subtema 2. Mi misión

La misión determina las cosas que harás en tu camino para lograr tu visión; la clase de comportamiento que deberás mostrar para alcanzar finalmente tu sueño dorado.

Piensa en lo que necesitas hacer para alcanzar ese gran sueño:

Elementos necesarios de la misión

¿Qué tipo de conductas debo incluir?	Debes reflexionar sobre qué conductas específicas hay que realizar para acercarte poco a poco al cumplimiento de tu visión, qué tipo de conducta será válida para lograr lo que te propones, engrandeciendo tu esencia y cuidando siempre la moralidad y legalidad de tu comportamiento.
¿Cómo deben ser mis sueños?	Tu misión debe dignificar tu sueño, además de hacerlo válido y posible.

	<p>Por ejemplo, muchos seres humanos pueden compartir la visión, el sueño de la riqueza, pero si no se plantean una misión noble, es posible que terminen obteniendo su riqueza del crimen organizado, a través de actividades como el narcotráfico y -aunque inicialmente parecen lograr lo mismo que quien obtiene recursos a través de un trabajo digno-, finalmente las consecuencias para ellos mismos y para la sociedad son nefastas, y esta persona no cumplirá una misión en la vida.</p>
<p>¿Cómo alcanzar mis sueños?</p>	<p>Tu misión incluye un camino a seguir para alcanzar tu sueño, y los medios que usarás para conseguirlo; además del tipo de beneficio o servicio que prestarás a la sociedad y la trascendencia que esto te traerá al final de tu vida. Piensa en el legado que dejarás a las futuras generaciones, incluyendo tus descendientes directos.</p>

Ejemplos de Misión para un (a) joven:

- Ser un profesionalista en el área (escribir el trabajo de tus sueños) comprometido (a) y dedicado (a) que se prepare a fondo para poder ofrecer un servicio de calidad a mis clientes o empleadores actuales y futuros.
- Participar de la promoción del deporte y la cultura dentro de mi centro de trabajo y de mi comunidad en general.
- Elegir a una buena persona como pareja con el fin de estar mejor preparados para formar una familia integrada y feliz o fomentar la integración en mi relación actual.

Ahora que ya has visto lo que quieres lograr (visión), vamos a trabajar sobre la manera de llevar a cabo la misión, los formatos anteriores que llenaste están enfocados a la visión que tienes y en el siguiente apartado, vas a determinar el camino que quieres seguir para la realización de ellos, toma en cuenta que consideramos las mismas áreas de tu visión.

<p>Visión del área física</p>	<p>Misión (de qué manera piensas llegar a tu visión, cuál es el camino que vas a seguir)</p>
--------------------------------------	---

1.-	
2.-	
3.-	
4.-	
5.-	

Visión del área afectiva	Misión (de qué manera piensas llegar a tu visión, cuál es el camino que vas a seguir)
1.-	
2.-	
3.-	
4.-	
5.-	
Visión del área del núcleo familiar o de amistad íntima	Misión (de qué manera piensas llegar a tu visión, cuál es el camino que vas a seguir)
1.-	
2.-	
3.-	
4.-	
5.-	

Visión del área espiritual	Misión (de qué manera piensas llegar a tu visión, cuál es el camino que vas a seguir)

1.-	
2.-	
3.-	
4.-	
5.-	

Visión del área profesional	Misión (de qué manera piensas llegar a tu visión, cuál es el camino que vas a seguir)
1.-	
2.-	
3.-	
4.-	
5.-	

Visión del área política y de sociedad general	Misión (de qué manera piensas llegar a tu visión, cuál es el camino que vas a seguir)
1.-	
2.-	
3.-	
4.-	
5.-	

¡Muy bien!, ya has decidido el camino que quieres tomar para llegar a tu visión, es importante tomar en cuenta que, aunque a veces planeamos un camino, puede dar un giro y llevarte por otro diferente, no hay problema, en lo que necesitas centrarte es en elaborar caminos alternos para lograr lo que deseas.

Recuerda, solamente tú eres el que decide lo que es mejor para ti, la manera de llevarlo a cabo y el tiempo que estimas tardarte en llegar a tus metas.

Subtema 3. Mis grandes metas en la vida



Una vez que te has planteado tu visión compuesta de tus grandes sueños, entonces debes aterrizar tu visión y misión en metas concretas, en objetivos específicos a alcanzar para realizar tus sueños.

Antes de avanzar veremos la diferencia entre meta y objetivo.

Meta es un resultado deseado que una persona, o un sistema planean y se compromete a lograr, en cuanto al objetivo es una finalidad hacia la cual deben dirigirse los recursos y esfuerzos para dar cumplimiento a los propósitos. **La diferencia entre ellos es el tiempo y el espacio.**

Las metas como principios que guían el proceso de toma de decisiones, y por el tiempo que lleva a cumplirlas se clasifican en:

A plazo inmediato	Su cumplimiento se verá manifestado en términos de hora o días.
A corto plazo	Su consecución toma entre seis meses a un año.
A mediano plazo	Su consecución toma entre uno y tres años.
A largo plazo	Su consecución es en un término mayor a tres años.

Empieza por plantear tus grandes metas, ya que son tu punto de referencia para plantear las metas a corto y mediano plazo. Las metas a largo plazo se derivan

directamente de tus sueños, por lo que son la brújula que te guiarán; y de ellas se generan las demás metas cortitas, las cuales surgen cuando partes o parcializas las metas en fracciones de tiempo más pequeñas, y que al reunir las dan como resultado el logro de las metas a largo plazo.

Por ejemplo, mi meta a largo plazo puede ser terminar la carrera de Ingeniero Administrador de Sistemas; a mediano plazo, ir aprobando cada una de mis materias e ir reuniendo los requisitos de titulación, como las prácticas profesionales y el servicio social; y a corto plazo, informarme sobre la carrera y realizar mi inscripción.

De lo que estamos hablando es de planeación. Según Casares y Siliceo (1992):

La planeación de vida y carrera	Es la actitud, arte y disciplina de conocerse a sí mismo, de detectar las fuerzas y debilidades y proyectar autodirigiendo el propio destino hacia el funcionamiento pleno de las capacidades, motivaciones y objetivos de la vida personal, familiar, social y de trabajo.
--	---

Este proceso de planeación tiene, para los autores mencionados, los siguientes momentos:

1. Diagnóstico	Hacer un diagnóstico integral de uno mismo, a través de: a) Identificar las necesidades propias. b) Clarificar los propios valores. c) identificar nuestras fuerzas y debilidades.
2. Automotivación	Seleccionar los propios objetivos vitales, sintiendo el poder de diseñar tu propia vida (visión y misión). Especificar las metas que anhelamos, identificando las condiciones para su realización, verificando los avances y planeando alternativas. Imaginar, haciendo conscientes los sentimientos involucrados en la obtención de los objetivos (visualización) y asegurándonos de que éstos sean congruentes con nuestros valores.

<p>3. Autodirigirse</p>	<p>Convertir los objetivos a largo plazo en metas alcanzables, posibles de realizar y cuantificables (que se pueda medir tu resultado).</p> <p>Comprometerse en acciones que aseguren la consecución de las metas.</p> <p>- Trabajar todos los días para acercarnos al logro de nuestros objetivos y no hacer nada que nos aleje de ellas.</p>
--------------------------------	--

Es importante que te plantees **metas** para cada área de tu vida. **Por ejemplo:**

<p>Metas</p>	<ul style="list-style-type: none">• ¿Qué quieres lograr a corto, mediano y largo plazo, en lo referente a tu carrera profesional, a tu vida académica en general?• ¿Seguirás estudiando?• ¿En qué área te quieres preparar más?• ¿Dónde planeas hacerlo?• ¿Por cuánto tiempo?• ¿Planearás trabajar mientras estudias o sólo después de concluidos tus estudios?
<p>Otros ámbitos</p>	<ul style="list-style-type: none">• ¿Cuáles son tus metas en tu vida familiar?• ¿Cuándo proyectas que estarás listo para adquirir una casa propia?• ¿Qué condiciones se deben cumplir para que logres un viaje familiar?

Estas preguntas te pueden servir de **disparadores**, pero debes hacerte las que a ti te interesen.

Momentos de la planeación de vida y carrera

	Pasos:	Plazo para su realización
Diagnóstico	a) Identifica tus necesidades	
	b) Clarifica tus valores	
	c) Identifica tus fortalezas y debilidades	
Automotivación	¿Cuáles son tus objetivos para llevar a cabo tu visión y misión?	
Autodirigirse	Ahora hay que estructurar paso a paso el camino para llegar a tus objetivos, delimita tus metas a corto, mediano y largo plazo.	

Metas cortas para alcanzar las grandes

Ya que te has planteado tus metas grandes o a largo plazo, lo siguiente es definir las a corto plazo e irlos cumpliendo. Al hacerlo sé específico, concreto y operativo. Describe lo que tienes que hacer y los plazos en que te propones para lograrlo; comprométete a ti mismo y luego actúa en consecuencia. No esperes a que las cosas se acomoden para ti: haz que sucedan, trabaja para lograrlas y no hagas nada que te aleje de tu sueño o te distraiga de tu meta.

Metas a corto plazo	Tiempo aproximado	Metas a mediano plazo	Tiempo aproximado	Metas a largo plazo	Tiempo aproximado

Haz lo que tengas que hacer con todo el trabajo y la disciplina que esto implica, con los sacrificios y las concesiones que sean necesarias, con la renuncia de los placeres que te llenarán sólo de momento, pero que te pueden cerrar definitivamente el camino a tus anhelos. Recuerda, el poder está en ti. Úsalo inteligentemente y a tu favor.

A continuación, encontrarás un ejemplo de cómo ir redactando tus metas y el tiempo estimado en el que las iniciarás:

Meta a corto plazo	Tiempo
Llegar a tiempo a los entrenamientos deportivos.	A partir de mañana.
Reorganizar la recámara.	Dentro de tres semanas que finalizo clases de capacitación.

Casares y Siliceo, por su parte, consideran que es necesaria también **una planificación diaria**, la cual se puede plantear la noche anterior o antes de iniciar las actividades del día. En este punto, una buena aliada puede ser una agenda personal en donde calendarices tus compromisos y te vayas monitoreando a ti mismo sobre su cumplimiento. Será importante que muestres suficiente motivación y autodisciplina, lo que ya hemos manejado como voluntad y autodomínio; es decir, cumplir con lo que tenemos programado, por convencimiento propio, a pesar de no sentirnos con ánimo o ganas de realizarlo.

Los resultados serán satisfactorios y suficientes como premio a nuestra entrega. Así nos ganaremos un lugar entre las personas responsables y confiables, aquellas que hacen lo que tienen que hacer, superando cualquier circunstancia o imprevisto.

A continuación, te dejo **un ejemplo** de cómo planificar tus metas junto con el tiempo estimado para lograrlo; recuerda que solamente tú eres quien puede realizar esta tabla con base a tus tiempos, urgencia del logro de la meta y total de acciones para llegar a ellas.

Planificación diaria	Acción	Tiempo en lograrlo
	Leer un libro de 80 páginas	Cuatro días
Día 1	Leer las primeras 20 páginas	Páginas leídas - 20
Día 2	Leer las siguientes 20 páginas	Páginas acumuladas - 40
Día 3	Leer las siguientes 20 páginas	Páginas acumuladas - 60
Día 4	Leer las siguientes 20 páginas para finalizar el libro.	Páginas acumuladas 80 Logro de esta meta

Una preocupación común entre los jóvenes, al momento de realizar su planeación de vida, es que tal acción les restará **soltura o espontaneidad** al momento de actuar o tomar decisiones. Al respecto puedo decirte dos cosas que tienes que tomar en cuenta:

Compromiso	Es importante comprometerte con tus propias metas vitales, ya que el solo hecho de planear hará más probable que alcances tales metas.
Plan de vida	Tu plan de vida no es un itinerario riguroso en el que no se puedan hacer cambios; por el contrario, mantenerse atento a que este plan responda a tu crecimiento y maduración es una señal de que tomas este tema con la debida seriedad.

Te presento algunas sugerencias que hacen Casares y Siliceo para **el logro de nuestras metas**:

Compromiso	Asegúrate de que tus objetivos sean realistas en tiempo y cometido, que verdaderamente los quieres lograr y concuerden con tus valores.
Comenta tus objetivos	Comenta tus objetivos con personas que te motiven o comprometan a lograrlos (amigos, familiares, maestros).

Visualízate a ti mismo	Visualízate a ti mismo consiguiendo lo que anhelas, imagina cómo te sientes al hacerlo. Modifica su planteamiento si no te agrada la sensación imaginada.
Felicítate	Felicítate o festéjate a ti mismo cada vez que consigas una meta, por pequeña que sea, pero que te acerque a tu gran objetivo.
Elabora estrategias	Elabora estrategias para aumentar tus fuerzas y para combatir tus debilidades.
Infórmate	Infórmate todo lo que puedas sobre tu sueño y conoce otras personas que estén trabajando para lograr lo mismo, con el fin de ayudarse y motivarse mutuamente.
Clarifícate	Clarifica tus objetivos y mide tu motivación para su logro.

Te presento algunos **ejemplos de objetivos**:

Para el área física	Salir a correr de 6:00 am a 6:30 am de lunes a viernes, empezando desde hoy, hasta cumplir tres meses.
Para el área académica	Tomar notas o apuntes en cada clase de mis cursos de capacitación, con fecha en cada tema y buena presentación, con la finalidad de certificarme.
Para el área afectiva	Platicar con mi familia todos los sábados en la noche, mientras ayudo a poner la mesa para la cena.
Para el área social	Elaborar un calendario con las fechas importantes de mis amigos. Llamarles por teléfono para felicitar a cada uno de ellos en la fecha de su aniversario.
Para el área espiritual	Dedicarme a la oración durante 15 minutos diariamente mientras me preparo para iniciar mis actividades del día.

Recapitulemos este curso con el siguiente ejercicio, aquí te dejo una tabla como ejemplo que te ayudará para ir planificando tu plan de vida con base en lo que hemos revisado a lo largo del curso.

<p>¿Quién soy?</p> <p>Darío, estudiante de la licenciatura en Nutrición</p>	<p>¿Quién quiero llegar a ser?</p> <p>Un nutriólogo prestigiado y enfocado a la investigación</p>
<p>¿Cuáles son mis fuerzas y oportunidades?</p> <p>Ganas de estudiar</p> <p>Deseos de triunfar</p> <p>Disposición de aprender</p>	<p>¿Cuáles son mis debilidades y amenazas?</p> <p>Falta método de estudio</p> <p>Falta perfeccionar métodos de investigación</p> <p>Falta organización del tiempo</p>
<p>METAS VITALES</p>	
<p>Conmigo mismo</p> <p>Planificar mis metas a cinco años.</p> <p>Llevar un crecimiento personal desarrollando mi autoestima para lograr mis metas.</p>	<p>Con mi familia</p> <p>Convivir más tiempo con cada uno de los miembros de mi familia.</p> <p>Realizar actividades de apoyo a nuestra comunidad.</p>
<p>Con mis estudios / trabajo</p> <p>Aprender un idioma más independientemente del de mi carrera.</p> <p>Finalizar mi carrera.</p>	<p>Con la sociedad y el mundo</p> <p>Buscar un lugar para ayudar a mi comunidad.</p>

Te invito a que completes la tabla que a continuación (en una libreta un documento electrónico) se muestra, recuerda que la puedes extender tanto como necesites e incluso es recomendable ir la actualizando conforme vas logrando tus metas.

¿Quién soy?	¿Quién quiero llegar a ser?
¿Cuáles son mis fuerzas y oportunidades?	¿Cuáles son mis debilidades y amenazas?
METAS VITALES	
Conmigo mismo	Con mi familia
Con mis estudios / trabajo	Con la sociedad y el mundo

La importancia de planificar tus metas radica en que focalizas el camino a seguir de la mejor manera, optimizando recursos y haciéndote visionario de lo que quieres llegar a tener, esto se verá reflejado en que además de disfrutar el trayecto, podrás lograr los mejores resultados con mayor eficiencia.

Ahora que has tenido la oportunidad de revisar detalladamente los pasos para alcanzar grandes metas, es el momento para empezar a planearlas, recuerda, tus metas pueden

ser muy grandes, sin embargo, para alcanzarlas hay que fragmentarlas y empezar con objetivos pequeños que te llevarán a los más grandes.

Solamente tú eres quien marca el ritmo que quiere llevar y hacia dónde se quiere dirigir, así que cuentas con los recursos y ahora, es el momento de demostrarte ¡qué tan alto quieres volar!

Para facilitar el trayecto de la elaboración de tu plan de vida, te invito a que primero realices una lista de cosas que te gustaría lograr identificando a qué aspecto pertenecen y luego, anota todo lo que necesitas de cada aspecto para poder iniciar tu meta y posteriormente, el tiempo en que lo iniciarás, aquí te dejo un ejemplo para que lo empieces a llenar, toma en cuenta que puedes agregar tantas columnas como renglones necesites.

Lista de metas a lograr		
Área personal		
Área académica		
Área familiar		
Área profesional		
Área laboral		
Área física		
Área espiritual		
Área emocional		
Área social		
Área personal	Requerimientos	Tiempo
1.-		
2.-		
3.-		
4.-		

Área académica (capacitación o actualización)	Requerimientos	Tiempo
1.-		
2.-		
3.-		
4.-		

Área familiar	Requerimientos	Tiempo
1.-		
2.-		
3.-		
4.-		

Área profesional	Requerimientos	Tiempo
1.-		
2.-		
3.-		
4.-		

Área laboral	Requerimientos	Tiempo
1.-		
2.-		
3.-		
4.-		

Área física	Requerimientos	Tiempo
1.-		
2.-		
3.-		
4.-		

Área espiritual	Requerimientos	Tiempo
1.-		
2.-		
3.-		
4.-		

Área emocional	Requerimientos	Tiempo
1.-		
2.-		
3.-		
4.-		

Área social	Requerimientos	Tiempo
1.-		
2.-		
3.-		
4.-		

Una vez que has llenado cada uno de los cuadros con las especificaciones, ahora ya depende de ti el orden en que lo lleves a cabo, recuerda que al mismo tiempo puedes

trabajar en diferentes áreas, te invito a ponerte retos, a compartir esta experiencia con tu familia, amigos y personas que te rodean, forma círculos de apoyo que te ayuden al logro de tus metas y algo muy importante, sigue actualizando tus formatos con nuevas metas, recuerda que puedes llegar tan alto como te lo propongas ya que cuentas con los recursos necesarios.

Te deseo mucho éxito en tu vida y en todo lo que emprendas y recuerda todo lo aprendido en este curso.

¡Quiero más!

Para conocer más sobre la manera de elaborar tu visión, te invito a que revises la siguiente presentación en PDF que realiza Muckenhirn, R. (2009) Visión personal.... Soy lo que sueño ser, 1ª. Ed. Asociación de Educación y Comunicación "La Cuculmecca" que podrás revisar en la siguiente liga:
http://www.sidocfeminista.org/images/books/04876/04876_00.pdf

Mi Reflexión

A lo largo de estos dos módulos has ido adquiriendo más competencias y otras las has fortalecido gracias a tu perseverancia y dedicación.

Has podido ir revisando cada uno de los aspectos que conforman tu personalidad, tus intereses, has reflexionado sobre las actitudes que tomas en cada momento de tu vida y sobre las responsabilidades que enfrentas, asimismo, has actualizado tus herramientas con las que te enfrentas en el día a día y además, has dedicado tiempo a reflexionar sobre tus valores y las metas que quieres alcanzar, ha sido un gran trabajo el que has realizado, por eso es importante que todo esto lo lleves a la práctica para seguirte entrenando en el uso de estas herramientas.

Recuerda que solo tú eres el responsable de las decisiones que tomes y de los compromisos que adquieras, por eso te invito a seguir actualizando tus herramientas y a fortalecer las que pienses que necesitan más dedicación o tiempo.

El conocer todas tus características y tu esencia como persona, te permite avanzar por un camino más firme y directo a tus metas, solo me resta desearte: **¡el mayor de los éxitos en todo lo que te propongas!**

Glosario

Objetivo: Fin que se pretende alcanzar y hacia la que se dirigen los esfuerzos y recursos.

Meta: Procesos que se deben seguir y terminar para llegar al objetivo.

Bibliografía

Covey, S. (1994). *Los 7 hábitos de la gente eficaz*. Barcelona: Paidós. ISBN 950-12-9000-X.

Casares, D. y Siliceo A. (1992). *Planeación de vida y carrera: un enfoque teórico – vivencial*. México, D.F.: Limusa. Caps. 4 y 5. ISBN: 968-18-1511-4.

Dyer, W. (1995). *Tus zonas erróneas*. Santafé de Bogotá: Grijalbo. ISBN: 9788499085524.

Mora, G. (1995). *Valores humanos y actitudes positivas*. México: Mc Graw Hill. Módulo I. ISBN: 958-600-376-0.

La obra presentada es propiedad de ENSEÑANZA E INVESTIGACION SUPERIOR A.C. (UNIVERSIDAD TECMILENIO), protegida por la Ley Federal de Derecho de Autor; la alteración o deformación de una obra, así como su reproducción, exhibición o ejecución pública sin el consentimiento de su autor y titular de los derechos correspondientes es constitutivo de un delito tipificado en la Ley Federal de Derechos de Autor, así como en las Leyes Internacionales de Derecho de Autor.

El uso de imágenes, fragmentos de videos, fragmentos de eventos culturales, programas y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, es exclusivamente para fines educativos e informativos, y cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por UNIVERSIDAD TECMILENIO.

Queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, transmitir, difundir, o en cualquier modo explotar cualquier parte de esta obra sin la autorización previa por escrito de UNIVERSIDAD TECMILENIO. Sin embargo, usted podrá bajar material a su computadora personal para uso exclusivamente personal o educacional y no comercial limitado a una copia por página. No se podrá remover o alterar de la copia ninguna leyenda de Derechos de Autor o la que manifieste la autoría del material.