



LAS METAS Y EL ÉXITO

¿ Qué son las Metas ?

- “Es una manifestación expresa de las aspiraciones del ser humano”.
- “Enunciado que describe una intención, un estado o una condición.”
- Es un evento futuro que creemos que es realizable y definido.

¿ Qué cualidades tienen?

- ✓ Las metas nos muestran lo que podría ser, lo que debería ser y lo que pueda ser.
- ✓ Es una fuerza motivadora en la vida.
- ✓ Juegan un papel muy importante para la adecuada administración del tiempo.
- ✓ Un buen planteamiento de metas puede representar el éxito o fracaso para la vida de una persona.
- ✓ La organización del tiempo es el medio; las metas es el fin.
- ✓ Una meta bien pensada y puesta en práctica, puede hacer sentir a la persona como un auténtico triunfador.

EXISTEN CUATRO CATEGORÍAS DE METAS:

- a) Espiritual
- b) Familiar
- c) Profesional
- d) Social



Las metas del mañana impactan el hoy; el hecho de establecer metas no sólo nos ayuda a pensar en lo que debemos hacer hoy, sino que también nos obliga a anticipar los resultados de nuestras acciones actuales

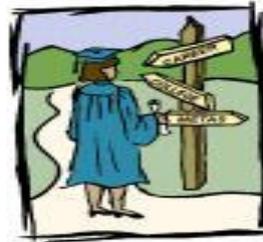


PODEMOS CONCRETAR ESTAS METAS A:

- **Corto Plazo:** Se requiere de poco tiempo para ser llevadas a cabo, nos dan mayor confianza y certidumbre para su logro.
- **Mediano Plazo ;** Se utiliza un tiempo mayor, nos permiten administrar mejor nuestros esfuerzos.
- **Largo Plazo;** Para lograrlas se requiere un esfuerzo prolongado, los resultados no se presentan de manera inmediata.

Es importante tomar en cuenta al establecer nuestras metas consideremos los siguientes **aspectos:**

- Que sean **personales**.
- Que sean **concretas**.
- Siempre enunciarlas en forma **positiva**.
- Que sean **posibles** de alcanzar.



Al **plantear** nuestras metas es importante tomar en cuenta algunos aspectos como:

1. **Cristalizar el pensamiento.**
2. **Tener un plan por escrito.**
3. **Fijarte plazos para su ejecución.**
4. **Deseo ardiente por las cosas que deseas lograr.**
5. **Confianza en ti y en tus habilidades.**
6. **Desarrollar una determinación inquebrantable de seguir adelante.**
7. **Centrarse en la realidad.**

Para lograr el **éxito** en la vida es necesario: conocerse a fondo y ser capaz de hacer un plan personal de éxito, la constancia y espíritu de sacrificio, la disciplina y la actitud.



El *éxito* es conseguir tus propios objetivos, hacer bien lo que te gusta, sentirte realizado. No hay, una situación de éxito única, sino que es diferente para cada individuo según su norma y proyecto de vida.

El *éxito* no llega solo ni por casualidad hay que invertir grandes esfuerzos, entusiasmo y una gran convicción y voluntad de saber y querer hacer las cosas.



Ejemplos: Ana Guevara, Gabriela Sabatini y Wilma Rudolph quien superó los efectos de la parálisis infantil para concretar su sueño: La medalla de oro en las carreras de 100 y 200 metros de los juegos Olímpicos de 1960.

La atleta Wilma Rudolph, alguien que venció todos los obstáculos y demostró que, a veces, lo imposible puede ser posible si de por medio hay tenacidad. ([Ver Biografías](#)).

