

Fig. 2

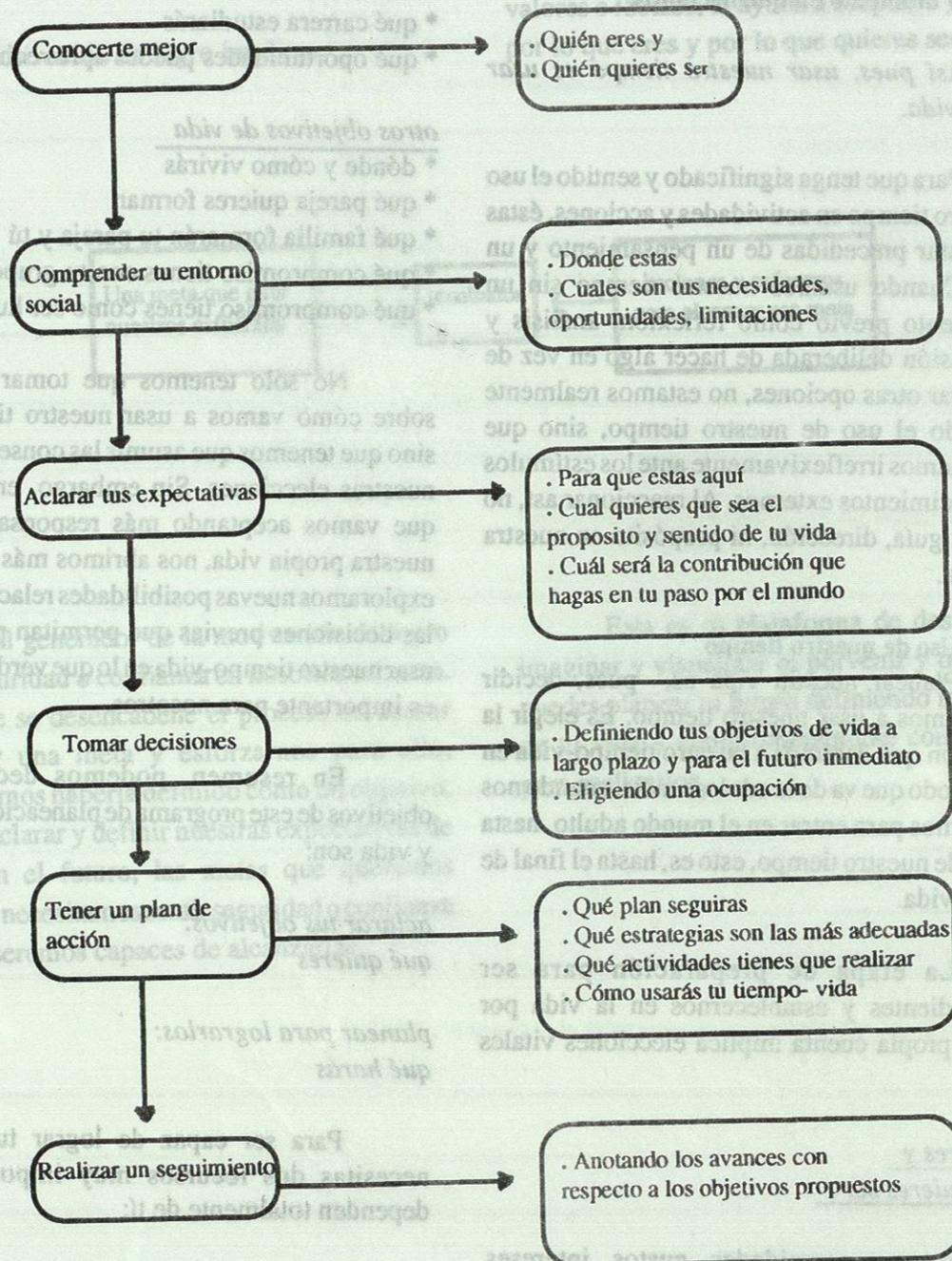


Fig. 3

3. Relación tiempo-vida

Para ser y realizarnos, los seres humanos nos valemos de nuestro cuerpo y nuestra mente, que trabajan en conjunto por el desarrollo de nuestras capacidades. Asimismo, nuestro ser se da en el tiempo que dura nuestra vida; esto es, a partir del momento en que nacemos.

Así pues, usar nuestro tiempo es usar nuestra vida.

Para que tenga significado y sentido el uso de nuestro tiempo en actividades y acciones, éstas deben estar precedidas de un pensamiento y un deseo. Cuando usamos nuestro tiempo sin un pensamiento previo como reflexión, análisis y una decisión deliberada de hacer algo en vez de considerar otras opciones, no estamos realmente planeando el uso de nuestro tiempo, sino que reaccionamos irreflexivamente ante los estímulos o acontecimientos externos. Al reaccionar así, no tenemos guía, dirección, ni propósito en nuestra conducta.

4. Uso de nuestro tiempo

Planear nuestra vida es, pues, decidir cómo vamos a usar nuestro tiempo. Es elegir la ocupación que daremos a nuestro tiempo-vida en este período que va de la adolescencia, cuando nos preparamos para entrar en el mundo adulto, hasta el final de nuestro tiempo, esto es, hasta el final de nuestra vida.

La etapa de preparación para ser independientes y establecernos en la vida por nuestra propia cuenta implica elecciones vitales sobre:

quién eres y quién quieres ser

- * conocer tus necesidades, gustos, intereses, preferencias, habilidades, debilidades, deseos, aspiraciones, sueños, valores, ideales.

- * explorar tus posibilidades.

tu ocupación

- * qué papel desempeñarás en tu grupo social
- * cómo vas a "ganarte la vida" y qué contribución social harás a través de tu ocupación.

cómo te preparas

- * cuál es tu elección vocacional
- * qué carrera estudiarás
- * qué oportunidades puedes aprovechar

otros objetivos de vida

- * dónde y cómo vivirás
- * qué pareja quieres formar
- * qué familia formarán tu pareja y tú
- * qué compromiso tienes con tu grupo social
- * qué compromiso tienes como ser humano

No sólo tenemos que tomar decisiones sobre cómo vamos a usar nuestro tiempo-vida, sino que tenemos que asumir las consecuencias de nuestras elecciones. Sin embargo, en la medida que vamos aceptando más responsabilidad por nuestra propia vida, nos abrimos más al mundo y exploramos nuevas posibilidades relacionadas con las decisiones previas que permitan poco a poco usar nuestro tiempo-vida en lo que verdaderamente es importante para nosotros.

En resumen, podemos decir que los objetivos de este programa de planeación de carrera y vida son:

*aclarar tus objetivos:
qué quieres*

*planear para lograrlos:
qué harás*

Para ser capaz de lograr tus objetivos necesitas dos recursos muy importantes que dependen totalmente de tí:

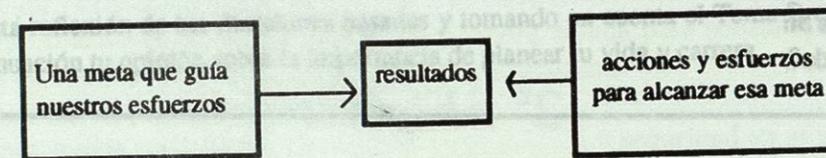
*motivación de logro:
interés y ganas de hacerlo*

*hábitos
interés por el uso de tu tiempo-vida*

5. Motivación de logro

¿Por qué es importante nuestra motivación de logro en la planeación de carrera y vida? Porque es la fuerza interna o deseo de lograr que tenemos los seres humanos y que nos impulsa a realizar lo que nos proponemos.

Motivación de logro implica:



El generador de la motivación de logro es la seguridad o confianza en nosotros mismos. Para que se desencadene el proceso de desear alcanzar una meta y esforzarnos para ello, necesitamos haberla definido como un objetivo. Y para aclarar y definir nuestras expectativas de logro en el futuro, las metas que queremos realizar, necesitamos sentir seguridad o confianza de que seremos capaces de alcanzarlas.

La falta de esa seguridad nos lleva a sentir impotencia ante el porvenir, a creer que no podemos influir en lo que sucederá. Nos sentimos incapaces de realizar nuestros sueños. Conocer todas tus fuerzas, recursos, habilidades, debilidades, temores, necesidades, aspiraciones, valores e ideales, te ayuda a aceptarte y valorarte por lo que eres y por lo que quieres ser.

Esta es tu plataforma de despegue para imaginar y visualizar tu porvenir y desde la que puedes planear tu futuro definiendo los objetivos de tu vida y comprometiéndote contigo mismo para realizarlos.

EJERCICIO 3

Importancia de la planeación

INSTRUCCIONES:

1. ¿Has planeado metas personales o de estudio antes de ingresar a la Preparatoria?

Metas personales:

Sí _____ No _____

Metas de estudio:

Sí _____ No _____

a) Si tu respuesta es Sí:

¿Cómo fue planeado?

Blank lines for writing the answer to question 1a.

¿Quién participó junto contigo en esa planeación?

Blank lines for writing the answer to question 1b.

¿Qué dificultades encontraste al hacer planes de las metas antes mencionadas?

Blank lines for writing the answer to question 1c.

¿Has logrado los objetivos que te proponías al ingresar?

Blank lines for writing the answer to question 1d.

b) Si tu respuesta es No:

¿Alguien decidió por tí sobre tus metas personales y de estudio?

Blank lines for writing the answer to question 1e.

¿Qué dificultades encontraste por no planear tus metas personales y de estudio?

Blank lines for writing the answer to question 2a.

¿Has logrado alcanzar metas personales o de estudio importantes?

Blank lines for writing the answer to question 2b.

2. Con base en esta reflexión de tus decisiones pasadas y tomando en cuenta el Tema B estudiando en clase, desarrolla a continuación tu opinión sobre la importancia de planear tu vida y carrera.

Blank lines for writing the answer to question 2.

Blank lines for writing the answer to question 2.

Blank lines for writing the answer to question 2.

Blank lines for writing the answer to question 2.

Blank lines for writing the answer to question 2.

Blank lines for writing the answer to question 2.

Blank lines for writing the answer to question 2.

Blank lines for writing the answer to question 2.

* Tomado de: César Arraigoitia, David y Alberto Siles Aguilar. "Planeación de vida y carrera". Ed. LIMUSA, México, 1992.