

# 3.5

## Mis metas a largo plazo

“Siempre parece imposible hasta que se hace”.

Nelson Mandela.

Fijarte **metas a largo plazo** es la posibilidad que tienes de planificar actividades y desarrollarlas de manera estratégica para que las alcances. Sin embargo, recuerda plantearte metas significativas, pero factibles, así como las acciones para lograrlas.

**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. De forma individual, completa el siguiente esquema. Escribe aquí o en tu cuaderno, las metas a corto y mediano plazo que has logrado y te han ayudado a seguir buscando una meta a largo plazo.

El diagrama muestra un flujo de tres cuadros rectangulares con un fondo verde claro y una franja superior de color verde más oscuro. El primer cuadro a la izquierda está titulado 'Meta alcanzada a corto plazo' y contiene cinco líneas horizontales para escribir. Una flecha verde apunta desde la parte superior derecha de este cuadro hacia el segundo cuadro. El segundo cuadro está titulado 'Meta alcanzada a mediano plazo' y también contiene cinco líneas horizontales. Una segunda flecha verde apunta desde la parte superior derecha del segundo cuadro hacia el tercer cuadro. El tercer cuadro está titulado 'Meta a alcanzar a largo plazo' y contiene cinco líneas horizontales.

- b. Al terminar de completar el esquema, compártelo con un compañero y dialoguen con base en las siguientes preguntas.

- ¿En qué se parecen?
- ¿En qué difieren?
- ¿Les costó trabajo visualizar su meta a largo plazo?
- ¿Por qué?

### Actividad 2.

- a. Elabora un dibujo que represente su meta a largo plazo.
- b. Si así lo deseas, compártelo con el mismo compañero de la actividad anterior y expresen una breve retroalimentación.

## Reafirmo y ordeno

La falta de interés en el futuro puede provocar que no sientas necesario el establecimiento de metas significativas y factibles a largo plazo, sin embargo, al darte cuenta de las metas a corto y mediano plazo que has logrado, puede ayudarte a delimitar las que tienes pendiente por alcanzar.

Escribe en un minuto  
qué te llevas de la lección



Handwritten-style yellow notepad with horizontal lines for writing.

## Para tu vida diaria

En un calendario que puedas conservar, establece metas a corto (un mes), mediano (seis meses) y largo plazo (un año) y observa cuáles vas cumpliendo y cómo las has alcanzado. Aquellas que no consigas, analiza los motivos, cambia tus estrategias para lograrlas y reprogramálas.

## ¿Quieres saber más?

Busca en tu navegador la fábula de *La tortuga y la liebre*, de Esopo, en la cual te darás cuenta que perseverar y visualizar una meta son las bases para obtener los resultados que se desean.

## CONCEPTO CLAVE

### Meta a largo plazo:

Aquella que es lejana en el tiempo y que requiere del esfuerzo sostenido durante uno o varios años.