



Núm. 27  
02-17-2009

TRABAJANDO  
POR  
TU  
BIENESTAR



# CECSI

## CAPSULAS

CENTRO ESTUDIANTIL DE CONSEJERÍA Y SICLOGÍA

### *Metas en la vida*

A veces pensamos si vale la pena continuar con nuestras metas. ¿Cuántos de nosotros constantemente nos hacemos esta pregunta? Esto se debe a que dudamos de nuestra capacidad para hacer las cosas o nos comparamos con otras personas. No es que no seamos capaces de lograrlo, es que lo hemos intentado tantas veces que nos sentimos cansados, desmotivados y perdemos el interés. Nos presionamos a querer lograr mucho de un momento a otro.

Durante nuestra niñez y adolescencia existía una pregunta que siempre nos hacían: ¿Qué quieres ser cuando seas grande?, ¿Te acuerdas de tu respuesta?, ¿Acaso llegaste a estudiar lo que te gustaba de pequeño? Esa respuesta ha cambiado a través de los años. Debemos comenzar definiendo que es una meta para ti y que quieres alcanzar en la vida tanto a nivel personal como profesional, a corto y largo plazo. Date el permiso de tomarte unos minutos para pensar en que deseas convertirte en la vida y adonde quieres llegar, sin olvidar que las metas nos ayudan a adquirir confianza en nosotros.

Entre algunos cambios que deseamos realizar en la vida se encuentran finalizar estudios, conseguir un buen empleo, comprar una casa o apartamento, rebajar unas libras. No seas duro contigo y recuerda que estas metas en la vida pueden cambiar. Una de las primeras cosas que necesitas poner en práctica es organizarte, ser diligente y estar claro con las metas que deseas. Algunas de ellas nos van a tomar más tiempo que otras pero no es imposible. En nuestros años universitarios a veces no finalizamos una carrera en el tiempo que nos proponemos debido a situaciones fuera de nuestro alcance. La diferencia está en que continúes con ese deseo, te esfuerces un poco más y el resultado será que lo lograste. Ese será tu galardón. Algo que nadie te podrá arrebatarte porque es tuyo.

Sigue adelante en tus metas. No desmayes, persevera y triunfarás y después date la satisfacción de sentirte orgulloso de lo logrado a través de la vida sin olvidar que todo en la vida lleva un tiempo.

Prof. Maribel Pagán Delgado, MA, CPL  
Consejera

Centro Estudiantil de Consejería y Psicología (CECSI)  
Decanato de Estudiantes  
787.758-2525 Ext. 5209 / 5210