

**DGETAVCM**

Dirección académica

# ORIENTACIÓN EDUCATIVA

Metas y aspiraciones

Arit Furiati Orta | Itandehui García Flores | Judith Doris Bautista Velasco



PRIMER SEMESTRE

2020

# Metas y aspiraciones

Durante tu trayectoria por la Educación Media Superior se te presentaran diversos retos, los cuales podrás superar si cuentas con las herramientas necesarias para ello. Por eso es importante que desarrolles una buena autoestima, que vayas elaborando tu plan de vida para identificar lo que quieres y lo que requieres para lograrlo.

Asimismo, en el bachillerato podrás reforzar tus habilidades e identificar tus aptitudes y fortalezas, así como tus áreas de oportunidad para poder trabajar en ellas.

Para lograrlo será necesario que encuentres la motivación necesaria para lograr tus metas y aspiraciones.

## ¿Qué es una meta y una aspiración?



Según la RAE, una meta es el fin al que se dirigen las acciones o deseos de alguien y una aspiración es la acción y efecto de pretender o desear algún empleo, dignidad u otra cosa.

Objetivo es un logro a largo plazo y para hacerlo realidad se deben lograr varias metas que son más cortas y más específicas pero todo nace de la voluntad de aspirar y decidir sobre lo que queremos realizar.

Cuando sueñas o deseas lograr algo el mensaje parece vago y sin ningún compromiso de que realmente se pretende hacerlo. Es como una buena intención de levantarse temprano y hacer ejercicio o de querer bajar de peso. Sabes que debes hacerlo, pero no es suficiente con desearlo.

Si sientes el deseo, tienes la idea o necesitas lograr algo, tu yo interno tiene dos opciones: hacerlo o dejarlo pasar.



El día que te levantas con la determinación de querer hacer algo diferente y, sin importar que otras personas piensen que es o será imposible lograr ese sueño o deseo, pasa a convertirse en un objetivo que tiene varias metas a cumplir en un corto o mediano plazo.

Plantearse un objetivo, una meta, o una aspiración permite la posibilidad de hacer algo extraordinario y tal vez único como lo es retar nuestra inteligencia, forzar nuestra creatividad, disciplinar nuestro tiempo, obligarnos a desarrollar todas las habilidades necesarias para ver más allá e iniciar con el diseño de un plan a seguir. Para ello, se requiere mucha motivación y perder el miedo al fracaso.

## ¿Qué es la motivación?



Existen algunos factores que están relacionados con el éxito  
(Hurlock 1998)

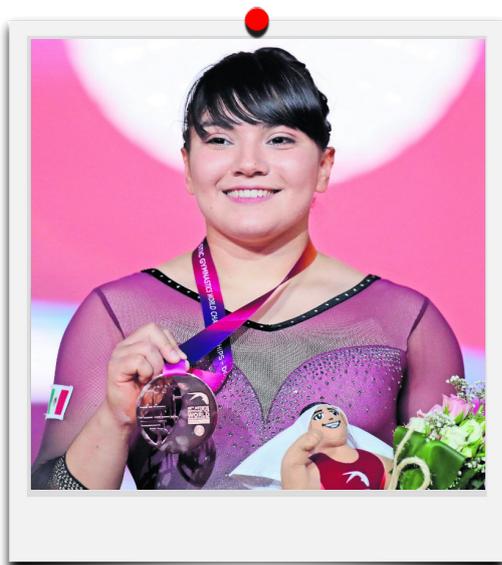
- El nivel de aspiración. Si posees confianza en repetir o superar tus éxitos elevarás tus niveles de aspiración.
- La preferencia de las actividades. A todos nos gustan las actividades que desempeñamos con éxito, cuanto mayor es el éxito y más prestigiosa la actividad, mayor es el placer y satisfacción que nos brinda.
- Motivación. El éxito nos motiva a mejorar nuestras aptitudes e incrementar los esfuerzos en otras actividades.
- Divulgación del éxito. Cuando los demás conocen nuestros éxitos se eleva nuestro prestigio y nuestra confianza en nosotros mismos.
- Satisfacción. Es el valor personal que le asignamos a la actividad, el prestigio social y la medida en que tu desempeño cumple con las expectativas de las personas que te resultan significativas.
- Autoconcepto. El éxito nos permite sentir confianza, orgullo e interés por los demás.



## Jóvenes destacados

En México hay muchos jóvenes exitosos y sobresalientes en distintos ámbitos y, en gran medida se debe a que se plantearon metas y encontraron una motivación que los impulsó a conseguirlas. A continuación te damos algunos ejemplos.

### Alexa Moreno Gimnasia y arquitectura



A sus 22 años, Alexa Moreno ha conquistado varias preseas en su disciplina: la gimnasia olímpica. Originaria de Mexicali, Baja California, Alexa fue la única mexicana que participó en los Juegos Olímpicos de Rio en 2016 como gimnasta. Obtuvo el duodécimo puesto mundial en la categoría de salto de caballo.

Su historial es impresionante: en los Juegos Centroamericanos de 2010 y 2014 obtuvo el oro; en la Copa del Mundo de Gimnasia Artística de Anadia, Portugal, recibió plata en salto de caballo.

Alexa es una mujer exitosa, que no se detiene ante ninguna crítica y que pone muy en alto en nombre de México. Por si fuera poco, Alexa no solo se dedica a la gimnasia, también cursa la carrera de Arquitectura.



**Arturo Azael García Ramos**  
**Odontología y contaduría**



El primer paso comenzó cuando ganó el concurso de Joven Emprendedor de la Universidad Estatal Tecnológica de Tijuana. A los 17 años obtuvo el tercer lugar en la categoría Emprendedor Abierto por su proyecto de deshidratación con energía solar de frutas. Con este empuje, Arturo Azael se animó a crear su propia empresa: Frutalízate, una botana saludable hecha con energía natural. Certificó esta propuesta en el programa del Instituto Nacional del Emprendedor (Inade), y desde entonces se sigue produciendo. En 2016, Arturo mereció el Premio Nacional de la Juventud 2016.

Arturo es un ejemplo de que aún siendo joven puede ser todo un empresario. Aún tiene mucho que aprender, por eso actualmente cursa dos licenciaturas: odontología, porque le gusta la ciencia, y contabilidad, para tener las bases administrativas y contables que le serán de utilidad para su empresa.



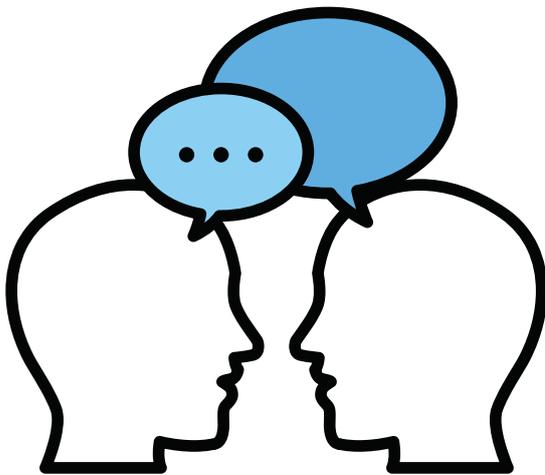
## Carolina Santos Segundo Humanidades

La historia de Carolina comienza con la defensa de su derecho a la educación. Originaria del Estado de México, creció en una comunidad donde la mayoría de las mujeres solo estudian la primaria y a lo mucho la secundaria, después se casan o se trasladan a la Ciudad de México para trabajar como empleadas domésticas. Carolina tuvo que ir en contra de las costumbres familiares y sociales de su entorno y luchar por su derecho a estudiar.

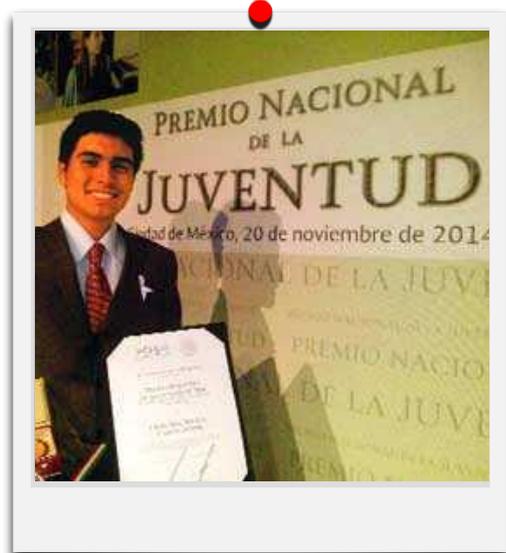
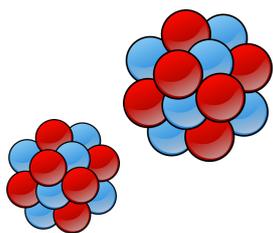
Carolina ha sufrido discriminación a lo largo de su vida, primero en el ámbito educativo y, después, por su condición de indígena mazahua. Sensible a la situación de muchas mujeres, niños y adolescentes, Carolina, ha volcado su energía en defender el derecho de ellos a la educación, a elegir sobre su vida y a romper patrones marcados por la sociedad.

Por su labor de hacer válidos los derechos de las mujeres indígenas, Carolina fue invitada a representar a México en la ONU. En 2017 recibió el Premio Nacional de la Juventud en el área de Derechos Humanos.

Imparable, Carolina Santos estudia actualmente la maestría en Humanidades en la Universidad Autónoma del Estado de México. Además, forma parte del grupo Alianza de Mujeres Indígenas de Centroamérica. Por si fuera poco, forma parte de Notimia, la Agencia de Noticias de Mujeres Indígenas y Afrodescendientes, desde donde lucha por el derecho a la educación de las minorías y el respeto a la identidad de las comunidades.



## **Cristóbal Miguel García Jaime** **Física**

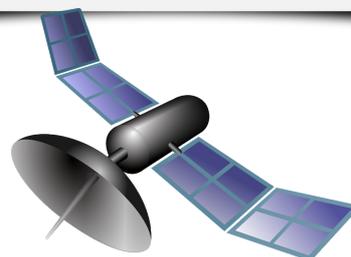


En el 2014, Cristóbal recibió el Premio Nacional de la Juventud, nada menos que por construir un acelerador de partículas con una inversión de tan solo 1000 pesos y ocho meses de trabajo. El joven, originario de San Miguel Totolapan, Guerrero, platica que lo que buscaba en un inicio era interesar a los jóvenes de su comunidad a acercarse a la ciencia. Cuenta Cristóbal que desde que estaba en primaria le interesó la física. Por eso, actualmente estudia Física en la Facultad de Ciencias de la UNAM. En su primer semestre conformó Ciencia Sin Fronteras, una asociación civil que divulga conocimientos de ciencia y cultura, y apoya a jóvenes para que realicen sus proyectos de ciencia y continúen sus estudios.

## **Jonathan Christhan Sánchez Pérez** **Ingeniería Aeronáutica**

El Air and Space International Program es un concurso anual desarrollado por la NASA, en el que pueden participar jóvenes de secundaria, preparatoria y universidad. En su 17ª edición, el segundo lugar lo obtuvo Jonathan Sánchez Pérez, un estudiante de Ingeniería Aeronáutica de Tultepec, Estado de México.

El proyecto con el que participó Jonathan constaba de propuestas para mejorar un satélite que podría rondar Júpiter para estimar probabilidades de vida en este planeta, para generar energía para una colonia, entre otras aplicaciones.



## REFLEXIONA

Después de haber revisado la información, realiza un análisis acerca de lo que aprendiste.



- Comprendo la diferencia entre una meta y una aspiración
- Sé por qué la motivación es importante para conseguir mis metas
- Conozco algunos factores que son determinantes para tener éxito
- Soy capaz de reconocer mis aptitudes y fortalezas para tener una mejor autoestima
- Puedo identificar mis motivaciones para alcanzar mis metas
- Pienso que puedo alcanzar lo que me proponga

### Referencias

- Alcanza tu reto. Por qué platearse un objetivo, una meta, una aspiración [en línea]. Consultado el 31 de julio de 2020. Disponible en: <http://alcanzatureto.org/presentacion-introduccion-entrada/como-platearse-un-objetivo-una-meta-una-aspiracion/>
- Aranzazu5. Cerebro adolescente. La importancia de la motivación en el aprendizaje [En línea]. Consultado el 31 de julio de 2020. Disponible en: <https://aranzazu5.blogspot.com/2012/08/la-importancia-de-la-motivacion-en-el.html#:~:text=La%20motivaci%C3%B3n%20es%20lo,condiciona%20la%20capacidad%20para%20aprender.>
- Canva. 17 estudiantes mexicanos que están haciendo cosas formidables [en línea]. Consultado el 3 de agosto de 2020. Disponible en: [https://www.canva.com/es\\_mx/aprende/17-estudiantes-mexicanos-hacen-cosas-formidables/](https://www.canva.com/es_mx/aprende/17-estudiantes-mexicanos-hacen-cosas-formidables/)
- Diseño elaborado en canva.com
- Imágenes y fotografías tomadas de:
  - pixabay.com
  - canva.com