

PROPÓSITO:

Comprender que la motivación y el esfuerzo nos conllevan a conseguir nuestras metas proyectadas en el ámbito personal, social, cultural y entorno natural entre otros.

MOTIVACIÓN:

Una meta es un resultado **deseado** que una **persona** o un **sistema** imagina, planea y se compromete a lograr: un punto final deseado personalmente en una organización en algún desarrollo asumido. Muchas personas tratan de alcanzar objetivos dentro de un tiempo finito, fijando **plazos**.

Es más o menos similar a la **finalidad** u objetivo, el resultado esperado que guía una reacción, o un fin, un **objeto**, ya sea un **objeto físico** o un **objeto abstracto**, que tiene un valor intrínseco y te ayuda a alcanzar algo en un futuro.

EXPLICACIÓN:

Una vez que analices tu situación actual puedes plantearte una meta. Las metas deben ser realistas y medibles.

- Realistas porque tienes que poder cumplirla. De nada sirve que te traces una meta absurda que sabes que no podrás cumplir. No tendrás la motivación ni los medios para lograrlo así que estarías condenándote al fracaso.
- Medibles porque tienes que poder saber en qué momento cumpliste la meta. Si tu meta es ganar más dinero que el año pasado tienes que saber cuánto ganaste el año pasado y luego plantearte una cifra que sea realmente alcanzable por ti.
- Distribuye tus acciones para lograr tus metas, hazlo pronto puede ser a largo mediano o corto plazo: anual, mensual, semanal o diaria.

EJERCICIOS:

Escribe como sería el orden para alcanzar tus metas y cómo explicaría cada aspecto relacionado con tu diario vivir:

1. Gratitud 2. Amor propio 3. Respeto 4. Afinidad 5. ¿Contribución al mundo? ...

EVALUACIÓN:

Completa el siguiente cuadro que tu maestra te presenta en el aula virtual relacionado con las metas

BIBLIOGRAFÍA:

<https://www.inmotiondesarrollohumano.com/7-motivos-por-lo-que-es-importante-de-tener-metas/>