

1. Toma tus propias decisiones y cuida de ti mismo

¿A dónde quiero ir?

Objetivo: que el joven reflexione en su proyecto de vida y en los medios que necesita para llevarlo a cabo.

a. Compatibilidad entre nuestras metas y las decisiones que tomamos

Preguntas

Formular a los jóvenes las siguientes preguntas:

- ¿Qué tengo que hacer para llegar a (mencionar algún lugar conocido y atractivo para ellos)?
- ¿De cuántas maneras me puedo ir?
- ¿Cuál será la mejor?
- ¿Qué necesito para lograrlo?

Reflexión

Es necesario saber primero a dónde quiero llegar antes de emprender el camino o elegir el transporte. Nadie tomaría un camión sólo para “ver a dónde me lleva”, pues perderíamos tiempo y tal vez descubramos que no nos gusta a dónde nos llevó, además de que se podría terminar el tiempo y el dinero disponibles.

b. Los obstáculos del camino

Preguntas

Proponer en el pizarrón un laberinto por el que debamos transitar para llegar al lugar a dónde queremos llegar y contestar lo siguiente:

- ¿A dónde queremos llegar?
- ¿Qué tuvimos que hacer?
- ¿Qué obstáculos encontramos?

Reflexión

Antes de resolver el laberinto tuvimos que vislumbrar la salida o la meta para asegurarnos de que tomariamos la ruta correcta y diseñamos una estrategia para sortear los obstáculos que nos encontramos en el camino. ¿Caminos difíciles en la vida? Lee la siguiente reflexión:

Tú eres un ganador

Hace algunos años ganaste la competencia más importante para tu existencia: fuiste el primero entre millones y millones de competidores que pusieron todo de su parte para vencerte, pero no lo lograron. Hubo solo un primer lugar.....y fuiste tú.

En efecto, cuando tus padres decidieron que te traerían a este mundo, tu papá depositó algo así como 300 millones de espermatozoides en mamá. Cada uno de ellos contenía información genética que al combinarse con el mismo óvulo generaría personas diferentes. Uno llegó en primer lugar a la meta, y fue el que contenía todo lo que eres hoy; cualquier otro ganador hubiera producido un ser humano distinto.

La probabilidad de triunfar en una competencia con tal cantidad de participantes es impresionantemente pequeña. Comparémoslo con la probabilidad de ganar el premio mayor de la Lotería Nacional, que es una entre 60 mil números...¡tú ganaste un desafío que era 5 mil veces más difícil! También la podemos comparar con una gran carrera entre una cantidad de personas igual al triple de la población total de nuestro país, en la que hay un solo vencedor.

Ganaste porque fuiste el mejor. Nadie te ayudó porque se trataba de sobrevivir. Así que la próxima vez que pienses que tienes un reto difícil por delante, piensa primero que el reto más grande de tu vida ya lo enfrentaste.....y lo hiciste con éxito.

c. ¿Cómo me quiero ver?

Actividad: visualización de mis metas

Pedir a los jóvenes que escriban en un papel algún sueño o proyecto que quisieran ver realizado dentro de 10 años. Después, en equipos o de manera voluntaria ante el grupo, exponer sus sueños así como los posibles pasos que tienen que realizar para alcanzarlo.

Reflexión

Todos necesitamos de un sueño, una meta o algo que nos mueva al esfuerzo que le ofrezca sentido a nuestra vida y nos anime a esforzarnos para ser mejores personas. Puede movernos el deseo de tener la profesión que deseamos, estar al lado de la persona que amamos, formar una familia, tener un mejor nivel de vida, corresponder al esfuerzo de nuestros padres o darles ejemplo a nuestros hijos, por citar algunos ejemplos. Lo cierto es que, como escribió Víctor Frankl, solo nos esforzamos si tenemos una meta que lograr. Los sueños pueden cambiar, pero no debe cambiar el esfuerzo para realizarlos.

d. Recapitulación

Haz tu propia escalera hacia tu sueño y escribe en cada escalón los pasos que debes de dar para llevarlo a cabo.