

Un nuevo año es una excelente oportunidad para hacer un alto en el camino, reflexionar y llevar a cabo esos propósitos largamente acariciados. Así que anime, póngale un poco de voluntad y mucho entusiasmo para marcar en lo que resta del 97 diferencias que lo beneficien.

Año nuevo, vida nueva

Haga su lista de propósitos y cúmplala



¿ha calculado con tristeza, rabia y hasta con risa cuánto tiempo ha transcurrido desde que se prometió a sí mismo, perder esos kilos de más, iniciar una nueva carrera, aprender un idioma o realizar un ahorro? Lo más probable es que la respuesta no le sorprenda al constatar que las tareas cotidianas y el día a día le han obligado a posponer estos planes por varios años y hasta por décadas. Pero si usted hace el cálculo de horas que ha pasado mirando malos programas de televisión que luego ha criticado o de las horas y días que ha desperdiciado en actividades improductivas y poco placenteras, se dará cuenta de que la falta de tiempo es más una excusa que un impedimento real a la hora de llevar a cabo sus planes.

Esta actitud de indisciplina, de mal aprovechamiento del tiempo y falta de

Para alcanzar las metas

Escriba sus metas y fíjese un plazo

El acto de escribir las metas hace que éstas se perciban de manera más clara y tangible y no se queden en meras ideas difusas. En lo posible, las metas deben ser alcanzables en el plazo previsto.

Disciplina

Si una meta es clara es posible alcanzarla, pero es fundamental fijar un plan de acción que reúna las etapas que requiere su cumplimiento. Cada paso que demos cada día o semana nos acercará a la meta trazada. Hay entonces que hacer el esfuerzo necesario y no perder el impulso y la motivación.

planeación de nuestras actividades impide que cumplamos metas pequeñas y desde luego no nos permite el logro de grandes y pequeños sueños.

Si uno no sabe para dónde va, es posible que extravíe su rumbo o llegue quién sabe a donde. En estas épocas de apertura, internacionalización, transformaciones tecnológicas e inseguridad es fácil perder el rumbo.

Atrévase a soñar

Sin importar la edad, el estado civil o los recursos que tengamos a nuestra disposición, todos tenemos la capacidad de señalar un sueño y construir una visión de futuro, que son la semilla que nos impulsa a canalizar nuestras energías y a llevar esas ideas al terreno de las realidades.

Puede ocurrir que nuestra cultura o nuestro grupo familiar no estimule la capacidad de soñar con propósitos ambiciosos, que las personas más cercanas a

Perseverancia

Si no se cumplen las pequeñas acciones que poco a poco conducirán a la meta, nunca la veremos realizada. Recuerde: "El que persevera alcanza".

Capacidad de cambio

Cuando el cumplimiento de la meta se complique o se haga muy extenuante se debe estar dispuesto a buscar alternativas e introducir pequeños ajustes que hagan posible continuar el camino. Usted debe ser capaz de adaptarse a las nuevas condiciones o circunstancias si es que en verdad desea ver cumplidos sus sueños. Los hombres y mujeres que alcanzaron el éxito también tuvieron muchos obstáculos que vencer.

nuestros afectos, a veces sin proponérselo, desestimen nuestras metas o peor aún, que nosotros mismos, por miedo o falta de perseverancia, decidamos renunciar a ellos y malogremos prematuramente sus posibilidades de realización.

Tarde o temprano lo lamentaremos o asumiremos una actitud resignada y nostálgica frente a lo que pudo haber sido y no permitimos que fuera.

Cómo alcanzar nuestras metas

Para evitar que los sueños se transformen en fracasos es mejor fraccionar los grandes propósitos en pequeñas metas que, al ser más fácilmente alcanzables, nos darán el impulso y la motivación necesarias para proseguir nuestro camino.

Entusiasmo y confianza

Estas dos condiciones

le harán fáciles los sacrificios que deba realizar y serán el motor que le impulsará en sus propósitos, además de proyectar credibilidad entre quienes le rodean. El entusiasmo al igual que la alegría tienen la virtud de ser contagiosos y permiten vencer resistencia y desconfianzas.

Si usted se decide a seguir estas sencillas recomendaciones, muy pronto verá cumplidos sus propósitos y una vez esto ocurra, habrá adquirido una rica experiencia que le permitirá cosechar muchos éxitos más.

Por último, recuerde que Coomeva tiene todo un portafolio de servicios a su disposición para brindarle recursos para lograr sus objetivos; sin embargo, el primer paso es definir claramente qué queremos y organizar los pasos para lograrlo.

La capacidad de señalar un sueño y construir una visión de futuro, son la semilla que nos impulsa a canalizar nuestras energías y a llevar esas ideas al terreno de las realidades.

