



Áreas Transversales: Sociales, Castellano, matemáticas, artística, sociales, economía, inglés.

Elabora: Claudina Hernandez-Gigliola Martínez

TIEMPO: 1 ____ 2 X

COMPETENCIAS: Orientación al resultado, cognitivo

PROPOSITO: cuidarte a ti mismo

INDICADORES DE DESEMPEÑO:

Aplicación de los principios humanos en la solución de problemáticas sociales actuales mediante el enfoque STEM+, para mantener una sana convivencia

TEMA: el éxito

METODOLOGÍA INSTITUCIONAL C3

CONCIENTIZACIÓN

Video: [Las 10 Reglas Para el Éxito de Usain Bolt](#)

CONCEPTUALIZACIÓN

El Éxito

El éxito es el resultado feliz y satisfactorio de un asunto, negocio o actuación. Asimismo, también hace referencia a la buena acogida de algo o alguien. La palabra, como tal, proviene del latín *exitus*, que significa 'salida'.

10 pasos Para Lograr El Éxito

1. Define Tus Propósitos: Decide exactamente cuáles son tus ideales para con tu vida, traza una estrategia que te permita acercarte cada vez más a lo que quieras lograr. Esto es importante porque muchas personas no saben lo que quieren y por tanto no logran nada significativo.

2. Delimita Tus Objetivos: Intenta definir con claridad qué es lo que quieres conseguir, ya sea cosas materiales, o logros personales. No digas cosas como "quiero ser muy exitoso" di más bien "quiero tener libertad financiera, no tener que trabajar por el dinero, pasar mucho tiempo con mi familia"

3. Establece Cantidades Y Fechas: No es lo mismo decir: "quiero ganar mucho dinero" a decir: quiero ganar \$2000 dólares mensuales. Determina con exactitud el alcance de tus objetivos en cuantía y tiempo de consecución. Si defines una fecha, te programarás inconscientemente para lograrlo en el tiempo establecido, o antes

4. Divide Y Vencerás: Divide tus objetivos y metas en partes más pequeñas, de manera que sea más simple ir por cada uno de esos propósitos, que encarar el reto de uno muy grande, así pues, aplicando la regla "divide y vencerás" conseguirás simplificar el proceso a través del tiempo. ¡Ni siquiera te darás cuenta, cuando ya estarás disfrutando de tus logros!

5. Visualiza El Éxito: Un paso importante para el éxito, es la visualización. Obsérvate a ti mismo en el estado final de tanto esfuerzo. Haz de cuenta que todo aquello por lo que luchas, ya lo has conseguido e intenta personificarte en aquel tú exitoso". Es importante que visualices también el esfuerzo que debes realizar para lograr el éxito, porque si no tu visualización estaría basada en la fantasía.



6. Llénate De Optimismo: El optimismo puede facilitar tu labor, en el sentido en que estarás menos predisposto para el fracaso si sólo piensas en que lo lograrás. Será más difícil para ti equivocarte y esto no lo notarás, tendrás un piloto automático que te conducirá en tu vuelo hacia el éxito.

7. Nunca Te Rindas: Insistir, persistir, resistir y no desistir son puntos vitales de todo emprendimiento, cuando veas que la situación se torna más difícil, es cuando más tienden a florecer los jardines del éxito, no desistas en tu lucha por llegar al lugar propuesto, y sobre todo, nunca culpes a nadie por tus fracasos, encárgate de tu vida! que se note que tienes el control!

8. Compite Contra Ti Mismo: Supérate, lucha contra ti mismo para mejorar en todo momento, no te detengas cuando logres tus cometidos, continúa con la labor de hacerte grande.

9. Siente Cerca Tus Metas Y Objetivos: Intenta no definirlas hacia el futuro, ya que el futuro no existe. Traza tus metas como un camino en un mapa. Y aunque parezca lejano y difuso, confía en tu camino (como lo hacen los conductores cuando van de una ciudad a otra, solo necesitan ver el camino unos metros adelante, para llegar a su destino).

10. Continúa Siendo Exitoso: No te detengas en tu lucha, comparte con las personas que amas y multiplica tu éxito. Enséñale a quien más puedas los pasos para lograr el éxito y consigue que todos te vean como una persona ejemplar, por tus palabras y obras para con el mundo.

Las 7 Claves Del Éxito

1. Define Lo Que Quieres: Si no sabes lo que quieras lograr ¿Cómo puedes ser exitoso? Debes tener claro EXACTAMENTE lo que quieras, cuándo lo quieras, en qué cantidad y calidad y cómo empezarás para lograrlo.
2. Actúa Con Enfoque: Luego de saber lo que quieras, es importante que actúes. Muchas personas se la pasan soñando toda su vida y realmente logran muy poco. Si quieras ganar dinero, define cuánto y ¡Actúa hoy!
3. Adquiere Conocimientos: Las personas con éxito tienen hambre insaciable de conocimiento, nunca dejan de aprender y siempre desean saber más sobre lo que les gusta. Si quieras tener mucho éxito ¡Edúcate!
4. Experimenta Y Sé Curioso: Nunca te detengas en tu camino por dificultades o por alternativas que no funcionaron. Siempre mantén tu mente alerta a las oportunidades, prueba diferentes alternativas ¡Curiosea!
5. Construye Relaciones: Si quieras ser muy exitoso, deberás relacionarte con diferentes tipos de personas. Deberás negociar, intercambiar conocimientos, realizar alianzas, etc. Enfócate en tus habilidades sociales.
6. Sé Un Apasionado: ¿Cómo crees que hacen los ricos para disfrutar su trabajo? Los ricos a veces trabajan más tiempo que los pobres o la gente de la clase media... Ellos sienten pasión por lo que hace y son felices
7. Mantén La Persistencia: Nunca te detengas, no pienses que la gente rica y exitosa es mala, no te confundas por unos pocos corruptos, el bien es mayoría. Persiste en tus intentos, no te detengas nunca. ¡Avanza!

Los Enemigos Del Éxito

- Enemigos Del Éxito En Etapas Tempranas

Estos son aquellos obstáculos que se nos presentan cuando queremos iniciar nuestro camino al éxito, o cuando de alguna manera ya nos estamos moviendo hacia el mismo.



Es importante evitar que éstos enemigos nos detengan, y para cada uno de sus problemas, existen varias soluciones (las mencionaré correspondientemente en cada caso)

- 1) Pereza: La pereza es simplemente la inacción que se da cuando existe desmotivación. Y la desmotivación se presenta cuando hemos aceptado dedicarnos a lo que no nos gusta ni nos llena de satisfacción, durante mucho tiempo. Superar la pereza, nos permitirá actuar camino a nuestras metas, sobre todo si las tenemos claras.
- 2) Procrastinación: Similar a la pereza, la procrastinación es la falta de acción congruente con nuestros deseos. Sin embargo, en vez de perder tiempo para no hacer cosas incómodas o que nos disgustan, cuando procrastinamos en realidad nos alejamos de las actividades necesarias para alcanzar nuestros sueños.
- 3) Miedo Al Fracaso: El miedo o temor al fracaso, no es más que aquel conjunto de dudas que se generan en el camino, y que nos hacen vacilar y creer que en realidad no era tan fácil todo como parecía. Pero no te engañes, este miedo al fracaso es una señal de incongruencias en nuestra mente subconsciente, nada real.
- 4) Inconsciencia: Este es uno de los favoritos de la gente. O al menos la causa más común de fracaso y mediocridad en la sociedad. Se trata de que vivimos una vida totalmente en piloto automático sin estar conscientes de que las pequeñas decisiones que tomamos día tras día, moldean nuestro futuro presente.
- 5) Falta De Claridad: Cuando no tenemos claro el destino al que queremos llegar, indudablemente se nos presentarán obstáculos que impedirán nuestra felicidad. Sinceramente, el problema que muchas personas tienen es que no saben lo que deseas. ¿Tú lo sabes? ¿Sabes exactamente la cantidad de dinero que estarás ganando de aquí a 5 años?
- 6) Malos Hábitos: Y finalmente, los malos hábitos pueden hacer que las personas se mantengan "en el fango" de la mediocridad. Lo suficientemente tibio como para que estén cómodas, pero lo suficientemente pegajoso como para que no puedan salir cuando lo deseen... Esto, sin mencionar lo sucio y perjudicial.

- Enemigos Del Éxito En La Madurez Del Triunfo

- 1) Personas Con Envidia (mediocres): Si, es inevitable: Habrá personas en contra de nuestro éxito. Lo importante es que sepamos tratar con ellas, o que definitivamente las saquemos de nuestra vida, en caso de que no contribuyan de forma positiva. La mayor parte del tiempo estarás interactuando con personas, así que escógelas muy bien.
- 2) Remordimiento De Comprador: Este es un enemigo bastante curioso. ¿Alguna vez has comprado algo sólo para luego arrepentirte y sentir que perdiste tu dinero? Imagina que te pasara lo mismo cuando lograras el éxito en algo que verdaderamente no te hace feliz. Sentirías remordimiento una vez estando en la cima. ¡Que no te pase!
- 3) Paradoja Del Camino Equivocado: Similar al anterior, algunas personas se salen del camino común, para perseguir los que creen, son sus sueños. Pero luego se dan cuenta que es el camino equivocado. Esta vez, ellos escogieron por donde transitar, pero realmente escogieron mal. Al final del día, sienten que todo tiempo fue perdido, y nunca lo intentan de nuevo.
- 4) Satisfacción De Deseos No Primordiales: A veces creemos que son las cosas. A veces creemos que son las personas. Y en ocasiones pensamos que es la libertad. Realmente ninguno de estos deseos puede llegar a hacernos felices. A menos que satisfagamos nuestros deseos primordiales, viviremos una vida de infelicidad.
- 5) Exceso de Confianza: Por otra parte, hay quienes llegan al éxito, y creen que en adelante todo les saldrá bien porque tuvieron un golpe de suerte, o porque de alguna forma las condiciones fueron bastante favorables para ellos. Esto le pasa tanto a jugadores de lotería, como a empresarios... Ellos se confían demasiado y terminan perdiendo.
- 6) Distorsión De Atracción: Los famosos sueños negativos. ¿Te ha pasado que por momentos parece que todo nos sale mal y que nada podría ser peor? En ocasiones parece como si todo se juntara. Pero realmente lo que ocurre es que estamos atrayendo lo que no deseamos a nuestra vida, debido a una distorsión que se nos presenta debido a inconsistencias manifestativas.



ACTIVIDAD

1. En que eventos se puede conocer más del éxito. Escriba dos
2. Crea 10 reglas para alcanzar tu propio éxito.
3. Selecciona cinco enemigos del éxito, que crees no te permiten conseguir el éxito. Explica porque los elegiste
4. “El éxito trata de crear beneficio para todos y disfrutar del proceso. Si te puedes enfocar en eso y adoptar la definición, el éxito es tuyo” (Kelly Kim), explica la frase
5. Escriba 5 cualidades para alcanzar el éxito. Explica porque
6. Como manejaría los valores de: confianza, respeto, honestidad, disciplina, creatividad; para proyectar el éxito
7. Crea una infografía del tema el éxito

Tomado de: <http://www.sebascelis.com/10-pasos-para-lograr-el-exito/>

<http://www.sebascelis.com/las-7-claves-del-exito/>

<https://www.youtube.com/watch?v=eQJ4r0RnPy0>