



Apéndice C: Establecimiento de Propósito

“Un propósito bien definido es el fundamento en el cual basamos nuestras acciones, afectos y aspiraciones”.

Jeffress, 1995

Estableciendo un propósito

Un propósito personal por lo general abarca veinte años o más, por lo que es muy amplio y no puede medirse, sin embargo, es muy efectivo porque establece el rumbo de quien lo establece. Es importante, para establecer un propósito legítimo, recordar que no basta con establecer los objetivos que queremos alcanzar, sino evaluar los recursos, habilidades y talentos que tenemos que nos ayudan a conseguir el propósito general. Para realizar lo anterior se aconseja responder a las siguientes preguntas:

- ¿Qué habilidades poseo?
- ¿Cuáles son mis intereses o preocupaciones?
- Fuera de la recreación, ¿qué cosas son las que disfruto más?
- De acuerdo a la pregunta anterior, ¿existe un común denominador entre las actividades mencionadas?

Las preguntas anteriores ayudan a identificar áreas en las que se está interesado y además para las que probablemente se poseen talentos. De esta manera se puede empezar a desarrollar un propósito de vida (Jeffress, 1995).



Estableciendo objetivos

Los objetivos representan los componentes de la vida diaria que soportan al propósito general. Se refieren a los deseos para cada área específica de la vida (espiritual, física, familiar, vocacional, social, financiera, crecimiento personal). Articular objetivos para cada área define el rumbo del propósito elegido con claridad (Jeffress, 1995).

Estableciendo metas

Sus características principales son que son mensurables en tiempo y en resultados objetivos o numéricos. Al establecerlas es importante responder las preguntas:

- ¿Qué quiero que suceda?
- ¿Cómo sabré que ha sucedido?
- ¿Cuándo quiero que suceda?

Articular metas automáticamente produce motivación en el individuo. Sin embargo, este no es el final de camino, al contrario, es necesario el ser perseverante y considerar que sin importar las metas establecidas, siempre habrá obstáculos imposibles de evitar pero no de superar (Jeffress, 1995).