

¿Qué tanto sabotearas tus sueños?

Identifica los obstáculos que te pones para entrar a la universidad



¿Otra vez no alcanzaste un lugar en la universidad pública que elegiste?

Es verdad que hay factores externos que influyen, como el cupo de las escuelas o la demanda de la carrera; sin embargo, ¿te has preguntado si no eres tú mismo el que se pone las trabas para llegar a la meta? Puede que te estés auto-saboteando.

“Usted no es una víctima impotente de un destino dirigido por fuerzas externas. Usted es el autor de la realidad que crea”, Martha Baldwin, Auto-sabotaje.

Si uno tiene en la vista un objetivo, trabaja duro hasta conseguirlo. No quedarse en la escuela que querías no es tanto un asunto de competencias, los conocimientos los tienes. Lo más probable es que en la raíz de estos intentos fallidos se encuentren miedos que te llevan hacia el auto-sabotaje.



Imagina que ves una película de terror, y justo en la escena donde las cosas se ponen feas pones pausa, pero olvidas que la historia sigue. Así actuamos frente al miedo al fracaso, pensando en escenarios en los que todo va a salir mal. Puede que tu pensamiento se acostumbre y los fracasos se vuelvan un círculo vicioso.



¿Qué te detiene para alcanzar lo que te propones?

Tus miedos

Por supuesto que el fracaso es doloroso, pero debes saber también que es un estado temporal, un punto en una línea larga, y tolerarlo te hará menos miedoso y más deseoso de intentar más cosas.



Falta de confianza



La persona que toda su vida fue humillada e ignorada no se sentirá capaz de dar un paso más arriba, y si lo logra, puede que diga no merecerlo. La seguridad en nosotros mismos es crucial para enfrentar los miedos.



Procrastinar

Todos hemos caído alguna vez en este hábito, pero dejar las cosas importantes para después no ayudará en nada. En sí, la procrastinación pasa como máscara para nuestros miedos, argumentando estar ocupado, pero si haces un registro de lo que haces en tu día a día, te darás cuenta que hay espacios que bien puedes aprovechar.

Culpar a otros

Que no pasaste porque dieron poco tiempo para muchas preguntas, o que te quedaste fuera por un punto porque el sistema de selección es malo, puede que tus argumentos sean en parte ciertos; no obstante, valdría aquí hacer un ejercicio de autoevaluación y reconocer en qué fallaste.





¿Es tu sueño?

La idea de ser universitario es algo que se forja dentro de la familia, ya sea para seguir una carrera que todos los miembros han estudiado, o convertirte en el primer profesional del grupo. De alguna manera cargas con esa responsabilidad, pero habría que preguntarse si ese camino corresponde a lo que realmente deseas ser en la vida o es para complacer el sueño de otros.

¿Listo?

Ya sabes cómo evitar el auto-sabotaje; debes identificar tus miedos, llenarte de confianza, evitar procrastinar, dejar de culpa a otros y reconocer cuál es tú verdadero sueño **¡Adelante, tú puedes lograrlo!**

Ahora que ya conoces las señales de un auto-sabotaje, es momento de romper ese círculo y animarte a vivir el éxito.