

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO
ESCUELA NACIONAL PREPARATORIA/PLANTEL 9
PROGRAMA INSTITUCIONAL DE TUTORIAS**

Dr, Fernando Aurelio López Hernández

EJERCICIO DE REFLEXION PERSONAL (1ª PARTE)

I Perspectivas desde la muerte: Imagínate en un féretro entre cuatro velas. Luego suple a cada vela por tres personas significativas y a la cuarta por ti mismo. Imagina el diálogo entre esas personas y tu. Finalmente contesta breve pero claramente:

1. Me sentiría en plenitud conmigo mismo el día de mi muerte si hubiese logrado dar como persona:

2. Me sentiría en plenitud conmigo mismo el día de mi muerte si hubiese logrado hacer profesionalmente:

3. Me sentiría en plenitud conmigo mismo el día de mi muerte si hubiese recibido de la vida o los demás:

4. ¿Qué metas o expectativas de plenitud están en camino de realización y cuales son sólo “buenos propósitos” o “promesas que no se cumplen”:

II Metas en la vida Jerarquiza del uno al once las siguientes metas:

- () Afecto (Querer y ser querido)
- () Deber (Cumplir siempre con las obligaciones)
- () Ser experto (Ser una autoridad en la materia)
- () Lograr independencia (Libertad de pensamiento y acción)
- () Ser líder (Influir en los demás)
- () Paternidad/maternidad (Procrear una familia sana y feliz)
- () Placer (Gozar de la vida, estar contento)
- () Poder (Controlar a otros)
- () Prestigio (Llegar a ser conocido)
- () Servicio (Contribuir al bien de otros)
- () Riqueza (Tener mucho dinero)

