

Estrategias para tener éxito

Instrucciones para estudiantes

Mira tus compromisos actuales y próximos, incluido el volumen de trabajo de tu escuela. ¿Tienes por delante proyectos o exámenes muy importantes para los que se puedan necesitar más tiempo y concentración? ¿Cómo planeas equilibrar el volumen de carga mayor con otros compromisos y, al mismo tiempo, hacer espacio para pasatiempos y actividades de los que disfrutas?

- 1 Selecciona, en el futuro cercano, un momento en el que preveas que será más desafiante lograr un equilibrio. Para cada compromiso relevante de tu línea de tiempo de **Experiencia**, agrega una sugerencia de autocontrol (en “Lo que me pareció desafiante”) para ti mismo. Pistas:
 - ¿De qué manera manejarás el estrés? ¿Programarás un tiempo para un pasatiempo del que disfrutas?
 - ¿Cómo permanecerás motivado? ¿Qué te ayudará a permanecer concentrado?
 - ¿De qué manera administrarás tu tiempo? ¿Algunos compromisos son más flexibles que otros? ¿Qué deberías priorizar?
 - ¿Cómo trabajarás bajo presión? ¿Dividirás proyectos de volumen abrumador en tareas más pequeñas y menos difíciles de completar?