**Actividad 3  
Natalia Carolina Silva Morales 5ª**

He visto que últimamente los pensamientos negativos parece que están haciendo una opción en muchos de nosotros. Por ello, he decidido contarles mi experiencia personal.

Bien, hay que conocernos desde el principio. Yo soy estudiante, estoy en 5to semestre de bachillerato, y siempre he sido un estudiante normal, para qué engañarnos. Para que nos hagamos una idea, me gustaría estudiar medicina. Si pierdo el semestre porque no salgo me meteré a clases de inglés porque lo necesito bastante y luchare por lo que quiero, por las metas que tengo. Es decir, soy una persona corriente, no soy un alumno de matrícula de honor, ni mucho menos.

Imaginas mi situación al acabar los estudios.

Cuando estaba en secundaria denomino mi época oscura. Confusión total, días eternos, desgana, desánimo... Un pozo sin fondo. Pensamientos oscuros, desesperanza, y lo peor de todo…autocompasión.

Un día me dije: "Andrea, esto no puede seguir así. Has de plantearte unos objetivos claros". Me di cuenta de que le tenía que echar ganas y levantar la cara, soy muy sentimental y emocional. Cuando cambie de escuela decidí cambiar por completo. Fue una verdadera locura. Así que aprendí de mis errores y cambie para mejorar por mí!

Así que... ¡Ánimo! Sé que no es fácil, pero es posible.

Lo que ha conseguido una persona normal lo puede conseguir cualquier persona. Tan solo es cuestión de planificación, esfuerzo, y por supuesto, de un poco de suerte.