



Mi Plan de Vida

Diseño de Plan de Vida

Profesor: Ademir García

Alumno: Grecia Alanna Curiel García

Fecha: 20 de Noviembre 2016

5°A BEO

Aptitudes	<ul style="list-style-type: none"> -Directiva -Social -Numérica -Persuasiva -Verbal
Valores	<ul style="list-style-type: none"> -Responsable -Honesto -Respetuosa -Puntual -Servicial
Actitudes	<ul style="list-style-type: none"> -Suelo ser muy optimista -Impaciente -Alegre -Segura -Trabajadora
Habilidades	<ul style="list-style-type: none"> -Soy hábil en las matemáticas -En el dibujo -En maquillarme -En memorizar cosas -En el habla (socializar o exponer)
Intereses	<ul style="list-style-type: none"> -Me interesa lo fitness -Psicología -Organización de eventos -Publicidad -Moda (ropa)

AUTODESCRIPCIÓN

Soy una persona muy alegre, aunque me estreso fácilmente trato de siempre estar de buen humor, tengo un carácter fuerte pero no suelo enojarme por cosas que no valen la pena.

Me considero a mí misma como una líder, soy buena dirigiendo, aparte se me da bien el socializar, las materias que tengan que ver con matemáticas y cálculos, al igual que en lo verbal como en exponer, redactar, hablar, expresarme, etc.

Creo que soy una mujer de valores, es algo que mis papás me inculcaron mucho; soy muy responsable, siempre cumplo con mis deberes y asumo las consecuencias de lo que hago bueno o malo, soy honesta porque no me gustan las mentiras y dicen que no hagas lo que no quieres que te hagan, siempre soy respetuosa con todos porque eso me enseñaron, además soy muy puntual ya que detesto que a mí me

hagan esperar, y por último soy servicial, disfruto de ayudar a los demás en lo que esté dentro de mis posibilidades.

Tengo varias habilidades creo yo, entre ellas las matemáticas, el dibujar, en el maquillaje, memorizando imágenes o datos, al igual que se me da el socializar con los demás, platicar con gente nueva, porque soy una chica amigable.

Tengo muchos intereses creo yo, una de las cosas que desde hace tiempo me llama mucho la atención es todo lo que tenga que ver con ser fitness (comida, ropa, ejercicios, suplementos) y la psicología, ya que una amiga está estudiando eso y me platica mucho de sus temas de clase. Además desde hace años me encanta la organización de eventos (fiestas, bodas) y todo lo que tenga que ver moda, tendencias en maquillaje, ropa, zapatos, cabello, comida, bebidas, etc.

FACTORES DE MI ENTORNO	
Positivos	Negativos
<ul style="list-style-type: none">-Mi familia, mis papás me enseñan valores, educación, me apoyan en lo que yo decida hacer mientras me haga bien.-La escuela, porque mis maestros me llevan a ser responsable, me dan conocimientos, me ayudan a desarrollar mi liderazgo de una buena manera.-Algunos amigos, pues tengo a esas personas en mi vida que cuando hago algo que está mal me regañan, me enseñan a ver mis errores, me ayudan a cumplir con trabajos.	<ul style="list-style-type: none">-Algunos amigos, porque muchos de ellos aunque los adoro tienen ciertos vicios como la mariguana o el alcohol, otros son flojillos para los estudios.- Medios de Comunicación, me hacen idealizar ciertas cosas, como que me debo de ver o actuar de tal manera, tener ciertas cosas, vivir de tal manera.

“TEST”

1. ¿Qué resultados obtuve dentro del inventario de intereses?

Mis puntajes más altos fueron en intereses literarios, persuasivo, musical y artístico plásticos; mientras que los más bajos fueron mecánica, biología y científicos.

2. ¿Qué resultados obtuve dentro del inventario de aptitudes?

Mis puntajes más altos en habilidades fueron en numérica, social y directiva; y el más bajo que obtuve fue en mecánica.

3. ¿Estoy de acuerdo? ¿por qué?

En cuanto al test de intereses estoy en desacuerdo ya que no me interesa mucho la literatura y fue mi puntaje más alto; hablando de aptitudes estoy de acuerdo con los resultados pues sí soy muy hábil con números, dirigiendo, sociabilizando y persuadiendo.

4. ¿Qué espero para el futuro?

Realmente tengo muchas expectativas, en un futuro cercano, mi plan es graduarme de la preparatoria con un promedio excelente y conseguir así una buena beca en la UP para mi carrera de Comunicación, Publicidad y Relaciones Públicas; en un futuro más lejano quiero conseguir ser reconocida por mi trabajo, casarme con alguien que ame y formar una familia, quiero viajar y conocer muchas partes del mundo, tener una buena posición económica. Lo que espero con más ansias es ese día en que pueda decir Lo logré, llegué igual o más alto de lo que pensaba, me gané el respeto y reconocimiento de muchos, soy esa persona que yo siempre esperé ser.

5. Carreras

He visto sólo las opciones de Relaciones Internacionales y Relaciones Públicas, pero realmente la carrera que más llama mi atención y además requiere de aptitudes que yo tengo es la de Comunicación, Publicidad y Relaciones Públicas.

6. Plan de estudio

PERFIL DE INGRESO: Para estudiar una carrera de comunicación, tus características deben ser, entre otras:

- Interés por saber lo que acontece en México y en el mundo e influir en su realidad.
- Gusto y facilidad para expresar ideas en forma oral, escrita y audiovisual.
- Afición por la lectura.
- Capacidad de análisis, de síntesis y de argumentación.
- Iniciativa, liderazgo y gusto por emprender.
- Creatividad.

- Compromiso con la verdad.
- Capacidad de observación

PERFIL DE EGRESO: Los egresados de la Licenciatura en Comunicación Publicidad y RP podrán:

- Mejorar la comunicación en todos los ámbitos y construir una imagen para diferentes organizaciones, compañías, candidatos, instituciones y marcas.
- Elaborar contenidos de alta calidad y alta especialización de formato y plasmarlos en los distintos medios de comunicación.
- Hacer uso de su capacidad crítica de investigación cualitativa y cuantitativa, de análisis, interpretación y síntesis, así como habilidades de gestión y selección.
- Dirigir medios de comunicación con un pensamiento estratégico e internacional, siendo capaz de reducir la brecha comunicacional que el progreso de la ciencia y los avances tecnológicos representan.

CAMPO LABORAL: La Escuela de Comunicación ha establecido convenios con diferentes empresas para que nuestros alumnos puedan realizar una variedad de proyectos que les permitan practicar en un entorno profesional que complemente sus estudios en el aula. El campo de trabajo del egresado de la Licenciatura en Comunicación Publicidad y RP es muy variado y se podrá desempeñar como:

- Director de Relaciones Públicas de empresas privadas y públicas, gobierno e instituciones.
- Gestor de situaciones de crisis y cabildeo.
- Director y ejecutivo de cuentas, campañas y agencias publicitarias.
- Gestor de intangibles (marcas, reputación, etc.)
- Planificador de medios.
- Director de ceremonial y protocolo
- Emprendedor de relaciones públicas y publicidad.

(PLAN DE ESTUDIOS SIGUIENTE HOJA)

PLAN DE ESTUDIOS (RUTA IDEAL)

PRIMER SEMESTRE

- Historia de la Cultura
- Lingüística y Redacción Básica
- Industria de la Comunicación
- Teoría de la Comunicación
- Fundamentos de las Relaciones Públicas
- Historia y Desarrollo de la Publicidad
- Optativa

SEGUNDO SEMESTRE

- Persona y Sociedad
- Redacción Avanzada
- Administración
- Psicología de la Comunicación
- Fotografía
- Comunicación Organizacional
- Responsabilidad Social Corporativa

TERCER SEMESTRE

- Ética
- Taller de Expresión Oral y Protocolo
- Semiótica
- Fotografía Especializada
- Medios Publicitarios
- Derecho a la Información y Marco Legal de la Publicidad
- Optativa

CUARTO SEMESTRE

- Antropología Teológica I
- Taller de Conducción
- Estadística Aplicada a Los Medios
- Contabilidad
- Comportamiento del Consumidor
- Mercadotecnia Estratégica

QUINTO SEMESTRE

- Antropología Teológica II
- Investigación de la Comunicación
- Sociología de la Comunicación
- Identidad Corporativa
- Comunicación Integral de Mercadotecnia
- Comunicación Política
- Optativa

SEXTO SEMESTRE

- Filosofía Social
- Dirección de Empresas de Comunicación
- Panorama Mundial de la Actualidad
- Nuevos Medios Publicitarios
- Cabildeo
- Optativa

SÉPTIMO SEMESTRE

- Hombre y Mundo Contemporáneo
- Gestión de Servicio al Cliente
- Raíces de la Actualidad Mexicana
- Sociedad Civil y Grupos de Interés
- Gestión de Cuentas Publicitarias
- Optativa

OCTAVO SEMESTRE

- Ética Profesional
 - Desarrollo de Emprendedores
 - Geopolítica
 - Seminario de Opinión Pública
 - Seminario de Campañas Publicitarias
 - Gestión de Intangibles
-

“AUTOBIOGRAFÍA”

Yo soy Grecia Alanna Curiel García, nací el 20 de diciembre de 1997 un día sábado, en el Sanatorio Rossete en Guadalajara, Jalisco. Soy hija de Francisco Javier Curiel Avilés y Ana Lilia García Martínez, que por cierto aunque son muy enojones y con carácter fuerte, los amo y me aman muchísimo. Tengo sólo una hermana, es mayor que yo casi 4 años, se llama Analia Derier Curiel García y también tiene un carácter raro, pero así la quiero y he aprendido a vivir con ella.

Desde chiquita fui una niña muy “listilla”, era muy precoz, siempre fui muy independiente, muy “viva”, además de demasiado corajuda e impulsiva. Entré al “Jardín de Niños Hada” cuando tenía 3 años, siempre me encantó la escuela, y desde niña era muy responsable, pedía mucho respeto para mí y para los demás, nunca se me dificultó expresar todo lo que sentía y pensaba.

Tenía ciertas manías cuando tenía entre 2 y 4 años, rayaba en las paredes pero sólo detrás de las puertas donde no se viera, le aventaba cosas a mi hermana cuando no quería jugar conmigo y la mordía si me enojaba, cuidaba todos mis juguetes y destruía los de mi hermana, me escondía en las alacenas y en los clósets, me dormía debajo de la mesa o me encerraba en el baño y en los cuartos, me dormía chupándome el dedo y agarrándole la oreja a alguien, y más cosas.

Cuando estaba en tercero de kínder y tenía 5 años, mis papás se fueron a Europa durante mes y medio, mi hermana y yo nos quedamos en casa de mis abuelos. Un día en el kínder, un niño me hizo enojar mucho pero yo me guardé el coraje, al día siguiente desperté muy mal, me veía amarilla, mi abuelita no me dejó ir a la escuela y todo lo que comía lo vomitaba; entonces decidieron llevarme al hospital, cuando llegué ahí me pusieron un catéter, me revisaron y dijeron que me tendrían que operar de la vesícula. Estuve un día internada, pero gracias a un doctor amigo de la familia decidieron que no me operarían, entonces se convirtió como en mi ángel. A los dos días llegaron mis papás y mi mamá se enteró de todo lo que había pasado.

Tiempo después cuando tenía 6 años, estaba brincando en las camas, entonces me caí y me abrí la cabeza, sangré mucho, mi mamá chocó cuando me llevaba al hospital, pero alcanzamos a llegar y me cosieron la herida, me pusieron varias puntadas y me dolió horrible, desde ese entonces le tengo pánico a las agujas.

Durante largo tiempo de niñez asistí a muchas clases extracurriculares, iba a natación, inglés, ballet folklórico, cocina y uñas. Nada de eso me gustaba mucho, sólo el inglés, yo prefería dibujar, y hasta la fecha es una de las cosas que me encanta hacer.

Comencé la primaria a los 6 años en el Colegio Rafael Guizar, ingresé sabiendo leer, escribir, sumar, restar y dibujar. Era muy buena aprendiendo cosas, siempre me ha ido muy bien en la escuela, tuve reconocimientos por mi rendimiento todos los años desde que empecé a estudiar y siempre he tenido una participación activa en mis escuelas.

Pasé a secundaria en el año 2010, me gradué con honores de la primaria. La secundaria no fue muy diferente respecto a mi rendimiento escolar, pero sí cambió mucho en lo que se refiere a mis amistades pues empecé a juntarme más con los amigos de mi hermana que eran mayores que yo, empecé a salir a reuniones y comidas. Crecí muy rápido, me salté ciertas etapas, todos caminaban y yo corría.

Pasaron muchas cosas durante mis tres años de secundaria, me desarrollé más físicamente, comencé a salir, hizo varios amigos, tuve mi primer novio formal, desarrollé un gran gusto por el volleyball y comencé a practicarlo, dediqué más tiempo a mis amigos que a mi familia, tuve mi fiesta de XV años, etc.

Esta etapa se fue muy rápido, al finalizar tercero de secundaria decidí irme de vacaciones a Tototlán, un pueblo donde viven mis tíos, me gustó tanto estar allá que opté por quedarme, no busqué preparatorias ni me interesé por los estudios

durante un año. Me puse a trabajar en la farmacia de mis tíos, aprendí mucho de medicamentos, de cómo administrar un negocio; además comencé a tomar clases de montar a caballo (es una de las cosas que más amo hacer hoy en día), iba al gimnasio, salía con amigos, me iba de fiesta a los ranchos, ayudaba a mi prima en su mudanza, me la vivía en carretera viajando entre Tototlán, Ocotlán, Tepatitlán, Guadalajara y San Luis Potosí.

Durante ese periodo me alejé mucho de mis papás pues los veía muy poco, mi segunda familia se volvieron mis tíos y primos, yo ya no quería volver a vivir en mi casa a mí me encantaba el pueblo, tuve muchos problemas con mi papá porque ellos ya querían que estudiara pero yo no. Pero entonces en febrero del 2014 pasó algo inesperado que me hizo volver a Guadalajara, mi mamá estaba en el hospital muriendo de una neumonía tuberculosa, en ese momento me vine directo del pueblo sin importar nada, cuando llegué no lo podía creer: Mi madre estaba intubada, en un cuarto de aislamiento, con el pulmón izquierdo colapsado, al punto de un coma diabético por el azúcar tan alta y con pocas posibilidades de estabilización.

En ese momento sentí que mi mundo se venía abajo, no podía ni siquiera acercarme a ella porque yo estaba enferma de las vías respiratorias y podía hacer que empeorara, pasó una semana para que pudiera abrazarla y decirle Te amo, esperando un milagro de Dios para que sus pulmones aguantaran un poco más. Toda la semana siguiente yo me quedé junto a ella en el hospital, la cuidé, la apoyé y entonces pasó, sus pulmones dejaron de llenarse de líquido poco a poco. Estuvo internada durante un mes y cuando salió fue uno de los momentos más emotivos de mi familia en la vida, fue un renacer, una segunda oportunidad.

Decidí no volver al pueblo en un tiempo mientras mi mamá mejoraba. Fue hasta mayo del 2014 que las fiestas de Tototlán me hicieron regresar allá, entonces volví a quedarme, hasta que en agosto mis papás decidieron inscribirme en la Preparatoria Lamar. En ese momento regresé a GDL para quedarme, pero todo era diferente ya, ahora llevaba una mejor relación con mis papás, tenía más madurez, más ganas de estudiar, era más humilde, más sencilla.

Desde que entré a la preparatoria todo fue mejor, conocí gente extraordinaria, pude cerrar ciertos ciclos, comencé a ver más allá y empecé a pensar en mi futura carrera. No me afectó para nada un año sin estudiar, ya que regresé con la misma facilidad de estudio con la que salí de secundaria. Obtuve un excelente nivel en el primer semestre y gracias ello pude tramitar una beca, que hasta la fecha sigo manteniendo.

A los 17 años, en marzo del 2015, empecé una relación con un chico de la preparatoria llamado Carlos Ramírez, él formó parte importante de mi vida, me hizo crecer, madurar, me enseñó cosas nuevas y me dio momentos buenos y no tan buenos, gracias a él pude reinventarme a mí misma después de que terminamos en julio del 2016.

Actualmente tengo 18 años, curso el 5to semestre de bachillerato, soy una persona totalmente diferente a la que fui tiempo atrás, aspiro a estudiar la carrera de Relaciones Públicas. Llevo un gran promedio en la escuela, pues este me abrirá las puertas a diferentes universidades. Soy una persona centrada, pero a la vez apenas estoy empezando a vivir, disfruto al máximo cada momento de mi vida, mi mayor gusto es salir con mis amigos, divertirme, conocer, adquirir experiencias, de nuevo estoy regresando al pueblo, disfruto de las pequeñas cosas que me da la vida todos los días, vivo al día, no pienso mucho, pero hago lo que me dicta el corazón.

ANÁLISIS

Análisis habilidades, actitudes, aptitudes, intereses y valores

Soy una persona con muchas y diversas habilidades creo yo, soy muy buena en ciencias exactas, soy líder, se me facilita dirigir, soy buena con las palabras tanto en redacción como de manera oral, así como se me facilita el socializar, convivir con los demás, comunicarme y entablar una conversación con casi cualquier persona. Me considero una persona con valores, toda mi vida mis padres me los han inculcado, soy muy responsable pues siempre me he sido consciente de que todo conlleva una responsabilidad sea bueno o malo, soy honesta porque “no hagas lo que no quieras que te hagan” y yo detesto las mentiras, además soy muy puntual porque siempre me enseñaron a respetar mi tiempo y el de los demás. Creo que soy una persona muy alegre, muy positiva aunque estresada, tengo mucha seguridad en mí misma y soy una persona trabajadora. Me interesa mucho todo lo que se relaciona con ser fitness, desde los ejercicios y ropa hasta la alimentación, la psicología también me llama mucho la atención pues creo que la mente humana es grandiosa y compleja, me agrada lo relacionado con la organización de eventos, la publicidad y la moda.

Análisis de tu contexto

Aptitudes	-Directiva -Social -Numérica -Persuasiva -Verbal
Valores	-Responsable -Honesto -Respetuosa -Puntual -Servicial
Actitudes	-Suelo ser muy optimista -Impaciente -Alegre -Segura -Trabajadora
Habilidades	-Soy hábil en las matemáticas -En el dibujo -En maquillarme -En memorizar cosas -En el habla (socializar o exponer)
Intereses	-Me interesa lo fitness -Psicología -Organización de eventos -Publicidad -Moda (ropa)

Al hablar de “mi contexto” creo que es necesario mencionar muchos aspectos de mi vida, los cuales abarcaré por separado:

- Mi familia está integrada por mis papás que se encuentran casados, mi hermana y yo. Los 4 vivimos juntos, siempre crecí en un ambiente familiar lleno de amor, con reglas pero a la vez con libertades, mis papás son personas de valores, con buena educación, siempre me han enseñado a ser una persona de bien y trabajadora, y me han apoyado en todo.
- Mi grupo de amigos es “extenso” y variado, tengo amigos de 16, 17 años hasta amigos de 32, aunque la mayoría tienen alrededor de los 20 años. Siempre he tenido amigos mayores, pero todos ellos son personas de bien, personas que me cuidan, se preocupan por mí, son muy fieles y siempre están ahí cuando los necesito, son chicos de relajo pero sanos, aunque sí tengo amigos que consumen marihuana, tabaco y alcohol.
- Voy en una escuela privada, a la cual no cualquiera tiene acceso pues no es de las más baratas, tengo compañeros de clases sociales media y media alta hasta alta. Los maestros nos dedican su tiempo para explicarnos, se nos dan libertades pero tenemos muchas reglas que seguir.
- Mi nivel económico es “bueno”, me encuentro en una clase social media, no soy “rica” pero tengo lo necesario para vivir y para cumplirme ciertos gustos. Yo estoy acostumbrada a gastar cierta cantidad de dinero pero sin exagerar, a convivir con cierto tipo de gente, a asistir a cierto tipo de lugares y moverme en ciertos entornos.
- Hablando de transporte no tengo carro por lo tanto me muevo en camión, carros de amigos o en UBER cuando estoy sola, aunque normalmente mi papá se da el tiempo de llevarme y recogerme en carro en ciertos lugares.
- Mi religión es católica, pues mis papás son católicos y siempre me la inculcaron, aunque debo de decir que soy muy devota de Dios y creo en él, la verdad es que no creo mucho en la Iglesia, por lo tanto no soy una ferviente seguidora de mi religión, así que mi vida no se rige mucho por lo que le parece o no a mi religión.

“MI PLAN B”

Al terminar la preparatoria mi plan es entrar a la Universidad Panamericana a estudiar “Comunicación, Publicidad y Relaciones Públicas”. Esta universidad es mi primera opción, haré los trámites correspondientes y aplicaré los exámenes de admisión, existe entonces la posibilidad de que no logre entrar, y es ahí donde entra mi Plan B.

Realmente he tenido que pensar mucho qué haría si las cosas no salen tal y como las planeé, la verdad es que esta opción la veo como algo lejano pero al fin de cuentas, una posibilidad.

Al principio mi papá me ofreció irme a Estados Unidos a vivir unos meses con mis tíos, así podría conocer más, perfeccionar mi inglés y disfrutar, pero ¿realmente quiero irme a vivir durante varios meses lejos de mi casa, de mi familia y amigos? La verdad es que no, quizás ir a unas largas vacaciones estaría bien, pero vivir, no. Entonces descarté esa opción.

Después pensé ¿y si regreso a vivir al pueblo con mis tíos como cuando tenía 15 años? Siempre quise regresar a vivir ahí, a volver a estar con mis amigos, trabajar en la farmacia, montar a caballo...pero ahora que tengo otras metas en mente, ahora que sé lo que quiero estudiar, a lo que me quiero dedicar ¿de qué me va a servir volver al pueblo para poder lograr mis objetivos? Realmente de nada, no adquiriré ninguna experiencia que me acerque más a ser una gran relacionista pública, no adquiriré más conocimientos que me sirvan en mi vida profesional, sólo iré ahí a disfrutar, a revivir viejos tiempos, y aunque la opción suena tentadora, ya no es lo que yo quiero en la vida.

Al final pensé, ¿qué puedo hacer durante algunos meses que me ayude a acercarme un poco más a mi objetivo principal, cómo puedo hacer algo de provecho que me sirva para

que el día que logre entrar a la carrera que yo quiero esté algo avanzada y no piense que sólo perdí mi tiempo los meses que no estuve en la universidad?

Y de repente me percaté de las cosas: tengo un papá que se dedica a las relaciones públicas, es reconocido por su gran trabajo y experiencia en el área, él tiene un cargo desde el cual puede ayudarme a entrar a trabajar a un área que se acerque a las actividades de relacionista público en el que yo pueda adquirir experiencia. Entonces por qué doy tantas vueltas al asunto, mi Plan B es entrar a trabajar con mi papá, si es posible como sus asistente, así estaré viendo de cerca su trabajo, aprenderé cómo se debe dirigir un evento, la logística de este, cómo debes dirigirte a las personas que se ven involucradas con la empresa (o en este caso organismo del gobierno), cómo se deben resolver los conflictos que se presentan, etc. De esta manera no perderé mi tiempo, adquiriré experiencia en el área, al ingresar a la universidad ya sabré un poco más de lo que será mi trabajo algún día, y cuando me gradúe, podré aspirar a otro trabajo, pues ya tendré la experiencia que se te solicita normalmente.

Hablé con mi papá sobre mi Plan B, él estuvo totalmente de acuerdo en que era la mejor opción, pero entonces me dijo, ¿y si por alguna razón no entraras a esa universidad, no sólo un semestre, sino definitivamente? Me quedé en shock, en ningún momento había pensado en eso ni como la más mínima posibilidad, pero uno nunca sabe, a veces las cosas no son como queremos, así que tuve que formular un Plan C.

Ya que la UP es la única universidad que tiene exactamente esa carrera, tuve que empezar a buscar carreras parecidas o que me llamaran la atención en otras universidades, y después

de mucho buscar, porque la carrera que yo realmente quiero y tengo en mente es otra, encontré la carrera de “Publicidad y Comunicación Estratégica” en el ITESO. Entonces lo decidí, entrar a estudiar esta carrera será mi plan C.

Creo que las posibilidades son infinitas, no debemos pensar que nuestro destino será tal cual como lo queremos, a veces habrá trabas, nos encontraremos con obstáculos y, siempre es bueno y necesario tener planes de respaldo, por si el plan A no es posible, podemos recurrir a un plan B o hasta un plan C.

CARRERAS

UNIVERSIDAD PANAMERICANA

-MISIÓN

Educar personas que busquen la verdad y se comprometan con ella, promoviendo el humanismo cristiano que contribuya a la construcción de un mundo mejor.

-VISIÓN

Ser una universidad de referencia global por su calidad académica, formación ética y visión cristiana de la vida. Ser la universidad cuyos egresados con responsabilidad social aspiren a la plenitud profesional y de vida.

A) Comunicación, Publicidad y Relaciones Públicas

PERFIL DE INGRESO: Interés por saber lo que acontece en México y en el mundo e influir en su realidad.

Gusto y facilidad para expresar ideas en forma oral, escrita y audiovisual.

Afición por la lectura.

Capacidad de análisis, de síntesis y de argumentación.

Iniciativa, liderazgo y gusto por emprender.

Creatividad.

Compromiso con la verdad.

Capacidad de observación

PERFIL DE EGRESO: Los egresados de la Licenciatura en Comunicación Publicidad y RP podrán:

Mejorar la comunicación en todos los ámbitos y construir una imagen para diferentes organizaciones, compañías, candidatos, instituciones y marcas.

Elaborar contenidos de alta calidad y alta especialización de formato y plasmarlos en los distintos medios de comunicación.

Hacer uso de su capacidad crítica de investigación cualitativa y cuantitativa, de análisis, interpretación y síntesis, así como habilidades de gestión y selección.

Dirigir medios de comunicación con un pensamiento estratégico e internacional, siendo capaz de reducir la brecha comunicacional que el progreso de la ciencia y los avances tecnológicos representan.

Director de Relaciones Públicas de empresas privadas y públicas, gobierno e instituciones.

Gestor de situaciones de crisis y cabildeo.

Director y ejecutivo de cuentas, campañas y agencias publicitarias.

Gestor de intangibles (marcas, reputación, etc.)

Planificador de medios.

Director de ceremonial y protocolo

Emprendedor de relaciones públicas y publicidad.

CAMPO LABORAL: La Escuela de Comunicación ha establecido convenios con diferentes empresas para que nuestros alumnos puedan realizar una variedad de proyectos que les permitan practicar en un entorno profesional que complemente sus estudios en el aula. El campo de trabajo del egresado de la Licenciatura en Comunicación Publicidad y RP es muy variado y se podrá desempeñar como:

PLAN DE ESTUDIOS (RUTA IDEAL)

PRIMER SEMESTRE

- Historia de la Cultura
- Lingüística y Redacción Básica
- Industria de la Comunicación
- Teoría de la Comunicación
- Fundamentos de las Relaciones Públicas
- Historia y Desarrollo de la Publicidad
- Optativa

SEGUNDO SEMESTRE

- Persona y Sociedad
- Redacción Avanzada
- Administración
- Psicología de la Comunicación
- Fotografía
- Comunicación Organizacional
- Responsabilidad Social Corporativa

TERCER SEMESTRE

- Ética
- Taller de Expresión Oral y Protocolo
- Semiótica
- Fotografía Especializada
- Medios Publicitarios
- Derecho a la Información y Marco Legal de la Publicidad
- Optativa

CUARTO SEMESTRE

- Antropología Teológica I
- Taller de Conducción
- Estadística Aplicada a Los Medios
- Contabilidad
- Comportamiento del Consumidor
- Mercadotecnia Estratégica

QUINTO SEMESTRE

- Antropología Teológica II
- Investigación de la Comunicación
- Sociología de la Comunicación
- Identidad Corporativa
- Comunicación Integral de Mercadotecnia
- Comunicación Política
- Optativa

SEXTO SEMESTRE

- Filosofía Social
- Dirección de Empresas de Comunicación
- Panorama Mundial de la Actualidad
- Nuevos Medios Publicitarios
- Cabildeo
- Optativa

SÉPTIMO SEMESTRE

- Hombre y Mundo Contemporáneo
- Gestión de Servicio al Cliente
- Raíces de la Actualidad Mexicana
- Sociedad Civil y Grupos de Interés
- Gestión de Cuentas Publicitarias
- Optativa

OCTAVO SEMESTRE

- Ética Profesional
- Desarrollo de Emprendedores
- Geopolítica
- Seminario de Opinión Pública
- Seminario de Campañas Publicitarias
- Gestión de Intangibles

B) Administración y Mercadotecnia

PERFIL DE INGRESO: En la carrera se busca que el alumno tenga interés en las siguientes áreas y cuente con las siguientes habilidades:

- Creatividad
- Capacidad de entender a los demás
- Capacidad de trabajar en equipo.
- Sentido ético
- Deseo de buscar el trabajo bien hecho
- Habilidad en la resolución de conflictos
- Enfoque en toma de decisiones
- Capacidad de coordinar varios proyectos a la vez
- Habilidad de dirigir personas
- Conocimientos matemáticos suficientes para análisis e interpretación numérica
- Interés en relaciones Públicas
- Bases en administración general
- Liderazgo
- Proactividad y motivación
- Capacidad de innovar y pensar diferentes

PERFIL DE EGRESO:

- Desarrollar planes rentables de mercadotecnia para productos industriales, de consumo y de servicios, con un adecuado manejo de las diferentes funciones como: publicidad, promoción de venta, ventas, merchandising, branding, logística, distribución, precio, producto y e-marketing.
- Analizar una industria, seleccionar los segmentos atractivos y diseñar una estrategia de mercadotecnia adecuada al segmento seleccionado, orientada a crear valores y sostener una ventaja competitiva.
- Diseñar y aplicar estrategias competitivas utilizando adecuados sistemas de información y herramientas computacionales

CAMPO LABORAL

- Agencias de publicidad
- Empresa propia (emprendurismo)
- Departamento de Mercadotecnia en productos & servicios.
- Departamento de Ventas
- Relaciones Públicas
- Investigación de Mercados
- Logística y distribución.

PLAN DE ESTUDIOS (RUTA IDEAL)

PRIMER SEMESTRE

- Historia de las Culturas
- Administración Empresarial
- Historia del Pensamiento Económico
- Contabilidad Básica
- Derecho Constitucional y Civil
- Álgebra

SEGUNDO SEMESTRE

- Persona y Sociedad
- Derecho Laboral
- Desarrollo de Nuevos Productos
- Contabilidad Intermedia
- Derecho Mercantil
- Cálculo Diferencial para la Administración

TERCER SEMESTRE

- Ética
- Administración de la Mercadotecnia
- Optativa 1: Liderazgo y Equipo de Trabajo
- Matemáticas Financieras
- Costos Históricos
- Álgebra Lineal
- Optativa 2: Innovación

CUARTO SEMESTRE

- Antropología Teológica I
- Investigación de Mercados Cualitativa
- Estrategias Comerciales
- Microeconomía
- Teoría de la Organización
- Presupuestos
- Estadística para Los Negocios I

QUINTO SEMESTRE

- Antropología Teológica II
- Investigación de Mercados Cuantitativa
- Conducta del Consumidor
- Macroeconomía
- Análisis Financiero
- Estadísticas para Los Negocios II

SEXTO SEMESTRE

- Filosofía Social
- Administración Estratégica de Producto y Precio
- Estrategia de Canales de Distribución
- Publicidad Estratégica
- Optativa 3: Legislación Comercial
- Flujos de Efectivo y Capital de Trabajo
- Investigación de Operaciones

SÉPTIMO SEMESTRE

- Hombre y Mundo Contemporáneo
- Dirección de Ventas
- Optativa 4: Comercio Global 1
- Optativa 5: Estrategia de Comunicación Directa
- Proyectos de Inversión e Introducción a Valuación de Empresas
- Teoría de la Estrategia
- Producción I

OCTAVO SEMESTRE

- Ética Profesional
- Dirección de Mercadotecnia
- Optativa 6: Mercadotecnia en el Punto de Compra
- Optativa 7: Mercadotecnia de Intangibles
- Optativa 8: Diseño Publicitario
- Optativa 9: Administración de la Relación con Clientes
- Optativa 10: Comercio Electrónico
- Simulación Cuantitativa de Negocios

NOVENO SEMESTRE

- Temas Selectos de Filosofía VI
- Plan de Mercadotecnia para Pymes
- Optativa 11: Seminario de Especialización de Mercadotecnia
- Dirección del Capital Humano
- Derecho Fiscal

C) Derecho

PERFIL DE INGRESO

- Vocación personal para mejorar la sociedad en la que se vive.
- Alto interés en problemas sociales, políticos y económicos propios de la época.
- Liderazgo e inclinación por el saber jurídico con la finalidad de defender los intereses de quienes le soliciten consejo.
- Constancia en el estudio y hábitos de lectura.
- Deseo de adquirir la capacidad de hablar en público y expresarse por escrito.
- Deseo de exigirse y adquirir habilidades jurídicas.

PERFIL DE EGRESO

- Formación profesional con alto nivel académico.
- Formación humana, con sentido ético de la profesión.
- Desarrollo de habilidades en investigación, argumentación y redacción.
- Rigurosos estándar jurídico y filosófico que le permite defender su postura.

CAMPO LABORAL

La ventaja competitiva del abogado UP es que puede desenvolverse en el ámbito público y privado. Nuestros estudiantes tienen la oportunidad de colaborar con los mejores despachos; otros son fundadores de sus propias firmas. Nuestros egresados ejercen profesionalmente como Notarios, Corredores Públicos, funcionarios judiciales, directores de corporativos jurídicos, abogados litigantes, así como investigadores con reconocido prestigio nacional e internacional.

PLAN DE ESTUDIOS (RUTA IDEAL)

PRIMER SEMESTRE

Derecho, Sociedad y Estado
Introducción al Derecho Civil y Personas
Fundamentos de la Cultura Jurídica
Argumentación Jurídica
Expresión Jurídica
Derecho Romano
Introducción al Estudio del Derecho
Historia de la Cultura

SEGUNDO SEMESTRE

Teoría Política
Derecho Familiar
Bienes y Propiedad
Administración Corporativa
Introducción al Derecho Penal
Instituciones de Derecho Romano
Teoría General del Proceso
Persona y Sociedad

TERCER SEMESTRE

Teoría Constitucional
Teoría General de las Obligaciones
Justicia y Derechos Humanos
Introducción a la Economía
Teoría del Delito
Derecho Procesal Civil
Ética

CUARTO SEMESTRE

Garantías y Derecho Fundamentales en México
Obligaciones
Derecho Individual del Trabajo
Principios del Análisis Económico del Derecho
Delitos
Seminario de Prácticas Profesionales I
Antropología Teológica I

QUINTO SEMESTRE

Antropología Teológica II
Solución Alternativa de Controversias
Introducción al Derecho Mercantil y Derecho Societario
Contratos
Seminario de Práctica Profesional II
Derecho Colectivo del Trabajo
Derecho Procesal Penal
Derecho Constitucional Mexicano

SEXTO SEMESTRE

Sucesiones
Derecho de la Administración Pública
Filosofía del Derecho
Derecho Procesal Constitucional
Historia de la Cultura Jurídica
Derecho Procesal Laboral
Títulos y Operaciones de Crédito

OCTAVO SEMESTRE

- Derecho Comparado
- Derecho Procesal Administrativo
- Impuestos
- Seminario de Derecho Internacional de Los Derechos Humanos
- Derecho Bancario y Monetario
- Derecho Internacional Privado
- Gobierno Corporativo

NOVENO SEMESTRE

- Seminario Electivo de Derecho Privado
- Seminario Electivo de Temas Jurídicos
- Seminario Electivo de Derecho
- Seminario Electivo de Derecho Público
- Seminario Electivo de Investigación
- Seminario de Soluciones Alternativas
- Seminario de Actualización en Derecho

DÉCIMO SEMESTRE

- Seminario de Investigación Jurídica
- Seminario de Actualización en Derecho Civil
- Seminario de Actualización Jurídica
- Seminario de Actualización en Derecho Público
- Seminario de Temas Selectos de Derecho
- Seminario de Derecho de Empresa
- Seminario de Investigación

SEMINARIOS

- Estructura de Textos Legales
- Deontología Jurídica
- Derecho Procesal Mercantil
- Derecho Procesal Fiscal
- Derecho Ambiental
- Derecho Urbanístico
- Derecho Parlamentario
- Casos de Derecho de Empresa
- Casos de Derecho de Amparo
- Derecho Anglosajón
- Derecho Aduanal
- Propiedad Intelectual
- Derecho Agrario
- Fe Pública
- Juicios Orales
- Administración de Despachos
- Concursos Mercantiles
- Seguridad Social
- Municipal y Estatal
- Inversión Extranjera
- Derecho Electoral
- Derecho de Daños
- Negociación y Mediación
- Concurso de Arbitraje Comercial (Cam)
- Concurso Moot Court (Mena)

ITESO

Tiene como misión:

- a) Formar profesionales competentes, libres y comprometidos, dispuestos a poner su ser y su quehacer al servicio de la sociedad.
- b) Ampliar las fronteras del conocimiento y la cultura en la búsqueda permanente de la verdad.
- c) Proponer y desarrollar, en diálogo con las distintas organizaciones sociales, soluciones viables y pertinentes para la transformación de los sistemas y las instituciones.

Todo ello encaminado a la construcción de una sociedad más justa y humana.

A) Publicidad y Comunicación Estratégica

Como egresado de Publicidad y Comunicación Estratégica tus ámbitos de acción van desde el ejercicio independiente de tu profesión, hasta integrarte en instituciones públicas o privadas, agencias de publicidad y de servicios de comunicación, medios masivos, empresas, instituciones educativas y organismos de la sociedad civil.

Podrás realizar propuestas de creatividad, comunicación estratégica y publicidad para posicionar marcas, productos, conceptos, ideas y servicios a través de diversos métodos, lenguajes, plataformas y medios de comunicación.

Promoverás nuevas formas de comunicación estratégica y publicidad pensando y desarrollando campañas éticas, creativas e inteligentes para promover mejores relaciones entre las empresas, organizaciones, públicos y sociedad.

Podrás diseñar, coordinar, administrar y evaluar proyectos de comunicación estratégica, comunicación interna, comunicación institucional, publicidad y relaciones públicas.

CAMPO LABORAL: La Escuela de Comunicación ha establecido convenios con diferentes empresas para que nuestros alumnos puedan realizar una variedad de proyectos que les permitan practicar en un entorno profesional que complemente sus estudios en el aula. El campo de trabajo del egresado de la Licenciatura en Comunicación Publicidad y RP es muy variado y se podrá desempeñar como: Maestro de ceremonias, Director de relaciones publicas etc.

SEMESTRE 1	Medios y lenguajes I	Comunicación, cultura y sociedad I	Investigación de la comunicación y la cultura I	Observatorio de la publicidad y la comunicación estratégica	Comunicación oral y escrita	Proyecto universitario personal I	Inglés
SEMESTRE 2	Medios y lenguajes II	Comunicación, cultura y sociedad II	Investigación de la comunicación y la cultura II	Fundamentos de diseño I	Manejo de información y datos numéricos	Gestión estratégica y comunicación	Inglés
SEMESTRE 3	Medios y lenguajes III	Comunicación, cultura y sociedad III	Investigación de la comunicación y la cultura III	Desarrollo del pensamiento creativo	Mercadotecnia integral	Contexto histórico social	Inglés
SEMESTRE 4	Gestión de redes sociales	Creatividad publicitaria	Gestión Empresarial	Diagnóstico de comunicación	Conocimiento y cultura	Materia del área complementaria I	Inglés
SEMESTRE 5	Comunicación institucional	Modelos de intervención social	Comunicación y relaciones internacionales	Comunicación interna	Materia del área complementaria II	Materia del área complementaria III	Inglés
SEMESTRE 6	Mercadotecnia pública	Proyectos de comunicación y diseño	Nuevas tecnologías web	Planeación y logística	Materia del área complementaria IV	Materia del área complementaria V	
SEMESTRE 7	Proyecto de aplicación profesional I	Innovación de las prácticas y estrategias de comunicación	Materia del área complementaria VI	Materia del eje de desafíos éticos contemporáneos I			
SEMESTRE 8	Proyecto de aplicación profesional II	Estrategia de marca	Taller de redacción publicitaria	Materia del eje de desafíos éticos contemporáneos II			

B) Mercadotecnia

Trabajarás en cualquier empresa u organización nacional o transnacional, en agencias de mercadotecnia o publicidad, en despachos de consultoría y asesoría empresarial, podrás administrar procesos de intercambio comercial desde tu propia empresa.

Te puedes desarrollar en la investigación y contribuir en la formación de futuros profesionales como docente. Además te abres las puertas para estudiar un posgrado en cualquier parte del mundo.

CAMPO LABORAL

- Agencias de publicidad
- Empresa propia (emprendurismo)
- Departamento de Mercadotecnia en productos & servicios.
- Departamento de Ventas
- Relaciones Públicas
- Investigación de Mercados, Logística y distribución

SEMESTRE 1	Mercadotecnia integral	Matemáticas administrativas	Información financiera	Proyecto universitario personal	Comunicación oral y escrita	Manejo de información y datos numéricos	Inglés
SEMESTRE 2	Investigación de mercados cualitativa	Creatividad mercadológica	Costos para la toma de decisiones	Economía	Gestión empresarial	Conocimiento y cultura	Inglés
SEMESTRE 3	Análisis del mercado de consumidores	Estadística para negocios	Marco legal de los negocios	Distribución y logística	Innovación y emprendimiento	Contexto histórico social	Inglés
SEMESTRE 4	Análisis del mercado de negocios	Neuromarketing	Investigación de mercados cuantitativa	Modelos de negocio	Comportamiento organizacional	Herramientas computacionales para el diseño	Inglés
SEMESTRE 5	Producto y creación de valor	Mercadotecnia alternativa	Sistemas de información gerencial	Publicidad	Materia del área complementaria	Ética, identidad y profesión	Inglés
SEMESTRE 6	Mercadotecnia y administración de servicios	Formación financiera gerencial	Estrategia de ventas	Materia del área complementaria	Materia del área complementaria	Materia del eje de desafíos éticos contemporáneos I	
SEMESTRE 7	Estrategias de marca	Administración estratégica	Promoción de ventas	Mercadotecnia relacional y medios digitales	Materia del área complementaria	Materia del área complementaria	
SEMESTRE 8	Plan de mercadotecnia	Comunicación integrada de mercadotecnia	Proyecto de aplicación profesional I	Materia del área complementaria	Materia del eje de desafíos éticos contemporáneos II		

C)Derecho

Al egresar de Derecho contribuyes a construir una sociedad más justa desde despachos privados, empresas, notarías, asociaciones u organismos gubernamentales y no gubernamentales en México y de forma internacional.

Te integras a los poderes Legislativo, Ejecutivo y Judicial, nacionales, estatales o municipales practicando la justicia con sentido social.

Elaboras textos normativos o resuelves conflictos en sindicatos, ejidos y comunidades cooperativas. Conduces litigios, arbitrajes y trámites administrativos en búsqueda de la justicia y la verdad.

CAMPO LABORAL: La ventaja competitiva del abogado UP es que puede desenvolverse en el ámbito público y privado. Nuestros estudiantes tienen la oportunidad de colaborar con los mejores despachos; otros son fundadores de sus propias firmas. Nuestros egresados ejercen profesionalmente como Notarios, Corredores Públicos, funcionarios judiciales, directores de corporativos jurídicos, abogados litigantes, así como investigadores con reconocido prestigio nacional e internacional.

SEMESTRE 1	Teoría y filosofía del derecho	Historia general del derecho	Teoría política	Proyecto universitario personal I	Comunicación oral y escrita	Contexto histórico social	Inglés
SEMESTRE 2	Derecho romano	Derecho civil I: personas y familia	Derecho constitucional I	Ética, identidad y profesión	Manejo de información y datos numéricos	Conocimiento y cultura	Inglés
SEMESTRE 3	Metodología, hermenéutica y argumentación jurídica	Derecho civil II: bienes y derechos reales	Derecho mercantil I: títulos y operaciones de crédito	Derecho penal I: teoría del delito	Derecho constitucional II	Materia del eje de desafíos éticos contemporáneos I	Inglés
SEMESTRE 4	Derecho civil III: obligaciones jurídicas	Derecho mercantil II: sociedades mercantiles	Derecho penal II: delitos en particular	Teoría general del proceso	Derecho administrativo I	Derecho internacional público	Inglés
SEMESTRE 5	Derecho civil IV: contratos	Derecho administrativo II	Derecho procesal penal	Derecho agrario	Derecho internacional de los derechos humanos	Materia del eje de desafíos éticos contemporáneos II	Innovación y gestión de proyectos
SEMESTRE 6	Propiedad industrial y derechos de autor	Derecho civil V: sucesiones	Derecho laboral I: relaciones individuales	Derecho tributario	Derecho procesal mercantil	Medios alternos de resolución de conflictos	Materia del área complementaria
SEMESTRE 7	Derecho procesal tributario	Derecho procesal civil	Juicio de amparo I	Derecho laboral II: relaciones laborales colectivas	Materia del área complementaria	Materia del área complementaria	Materia del área complementaria
SEMESTRE 8	Derecho procesal laboral	Juicio de amparo II	Derecho ambiental	Materia del área complementaria	Materia del área complementaria	Proyecto de aplicación profesional I	

LAMAR

Misión: Somos una empresa educativa privada del Occidente de México, comprometida con la formación integral de profesionales competentes y especializados que les permite detectar, enfrentar y resolver problemas que les plantea la realidad social en la que conviven para insertarse con éxito y excelencia en los mercados. Priorizamos el aprendizaje de competencias profesionales en donde maestros, administradores y alumnos trabajamos creativamente en la innovación educativa y tecnológica, privilegiando la cultura, el respeto mutuo y a la naturaleza, así como la satisfacción de nuestros clientes.

A) Mercadotecnia

Es por ello que es imprescindible que el aspirante se apegue al siguiente perfil:

- Comportamiento ético y congruente
- Habilidades de liderazgo y emprendurismo
- Capacidad estratégica para el cierre de negociaciones y alianzas
- Capacidad de análisis crítico y síntesis de los factores involucrados en el mercado
- Gusto por la investigación y conocimiento de las necesidades de las diversas culturas y sociedades
- Habilidad y creatividad para la innovación y trabajo en equipo
- Visión para el desarrollo de nuevas oportunidades de negocios.

Además será capaz de organizar, dominar y aplicar los conocimientos adquiridos para: Organizar a la fuerza de ventas, las relaciones públicas y aplicar la planeación estratégica de MARKETING para conseguir resultados óptimos por medio de procesos previamente establecidos que exigen las empresas actuales. Dominar los conceptos administrativos y económicos. Capaz de desarrollar productos y/o servicios de calidad que la sociedad demande. Desarrollar estrategias de promoción, publicidad y desarrollo de productos. Crear necesidades de productos y/o servicios al consumidor. Aplicar hábilmente las diferentes estrategias de posicionamiento de los productos y servicios en base a estrategias de comunicación.

1er. Semestre

Economía I

Universidad y Siglo XXI

Tecnologías de la Información

Administración I

Contabilidad General

Matemáticas I

Expresión Oral y Escrita

2do. Semestre

Economía II

Conceptos Jurídicos Fundamentales

Mercadotecnia

Administración II

Contabilidad de Costos

Matemáticas II

Ventas

3er. Semestre

Derecho Mercantil

Administración Financiera

Conceptos Fiscales Fundamentales

Comportamiento del Consumidor

B)Derecho

El candidato a cursar la carrera de Abogado debe tener preferentemente las siguientes características:

Interés por el estudio de comprensión, asimilación y aplicación de las leyes, reglamentos y decretos.

- Capacidad de análisis crítico y razonamiento lógico.
- Disposición para trabajar en equipos multidisciplinarios en los ámbitos del ejercicio profesional del abogado.
- Creatividad e iniciativa para tomar decisiones y autogestión.
- Tolerancia y respeto de las normas de convivencia.
- Habilidad para la lectura de comprensión, para comunicarse con claridad de manera verbal y escrita.
- Disposición para aprender a aprender.

El profesional en derecho será capaz de:

1. Realizar investigaciones jurídicas para proponer soluciones a los problemas de la sociedad contemporánea con base en las metodologías cuantitativas y cualitativas con juicio crítico-científico en el ámbito nacional e internacional.
2. Llevar a cabo funciones de gestión y consultoría en materia jurídica en las áreas de derecho civil, penal, administrativo, fiscal, laboral y agrario con base en las teorías de

las ciencias jurídicas y sociales actuando con ética profesional en los diferentes espacios sociales

3. Seguir los trámites para elaborar la certificación pública aplicando las metodologías, técnicas y procedimientos adecuados a cada caso actuando con ética profesional y apego a las leyes y normas nacionales e internacionales.

Primer Semestre

Metodología Jurídica I

Introducción al Estudio del Derecho

Historia del Derecho Universal y Mexicano

Derecho Romano

Sociología Jurídica

Lengua Extranjera I

Segundo Semestre

Teoría General del Proceso

Teoría del Estado

Teoría del Derecho Civil

Sistemas Jurídicos Contemporáneos y de Convivencia

Derecho Económico I

Derecho Constitucional

Lengua Extranjera II

Tercer Semestre

Derecho Penal I. Teoría General del Derecho Penal

Derecho Civil I

Teoría del Derecho Administrativo

Derecho Individual del Trabajador I

Teoría de los Derechos Humanos

5TA FASE

Metas a corto plazo:

- Ir al gimnasio y comer más sano.
- Tener paciencia
- No molestarme por cualquier cosa.
- Decirle a mis papás que los quiero más seguido.
- Terminar mi 5to semestre con un excelente promedio.
- Ahorrar dinero

Metas a mediano plazo:

- Bajar de peso.
- Controlar mis emociones.
- Escuchar más a mi familia.
- Graduarme de la preparatoria con honores.
- Comprarme ropa deportiva con el dinero que ahorré.

Metas a largo plazo:

- Marcar músculo.
- Empezar a trabajar.
- Entrar a la Universidad.
- Vivir sola con una rommie.

