

# Lección N<sup>o</sup> 4b

## Cómo los roles sabotean nuestros sueños

A veces nos comparamos con otras mujeres y nos preguntamos ¿por qué ellas han logrado llegar tan lejos y cumplir sus metas y yo no?

Ahora, esta no es una lección sobre la comparación, pero si sobre la organización del tiempo, y puede que la respuesta a esta pregunta sea sencillamente, porque esas mujeres priorizaron sus roles femeninos y se enfocaron en lo que realmente querían.

Así que profundicemos en las razones por la cuales muchas veces nuestros roles nos sabotean y no cumplimos con nuestras metas.

### 1. Tener exceso de roles.

En la Lección anterior les dije que hicieran una lista de todos los roles que ustedes ejercen, así que en esta quiero que observen esa lista y observen desde la honestidad cuales son esos roles de los cuales puede prescindir, delegar o eliminar.

### 2. Identificarnos demasiado con un rol y olvidamos nuestros sueños.

Esto sucede por ejemplo cuando la mujer pasa de ser una mujer soltera a ser madre. Por lo general la maternidad absorbe una gran cantidad de tiempo y energía cuando los hijos son pequeños y hace que la mujer se olvide por completo de si misma.

¿Cuál es el rol con el cual tu estas muy identificada en este momento de tu vida que de pronto dejaste a un lado tu sueños?

---

### 3. Apegarme a roles del pasado.

Esto sucede cada vez que hay cierre de ciclo en nuestras vidas. Por ejemplo pasar de ser esposa a de repente, por decisión del otro, a estar soltera de nuevo. Entonces nos quedamos añorando nuestro rol de esposa y negamos nuestro nuevo rol de soltera. Estos cambios de ciclo por lo general nos hacen perder mucho tiempo y energía.

### 4. Miedo a los roles del futuro

Al igual que la situación anterior, podemos quedarnos en un limbo si le tenemos miedo a un nuevo rol que vamos a ejercer, ya sea como profesional, como madre, como soltera etc... Y esos miedos detienen por completo nuestras vidas.

Lo que debemos rescatar de todo esto es que la naturaleza femenina es cambiante, y entender que a lo largo de nuestras vidas vamos a estar ejerciendo diferentes roles, que esos roles no lo son todo y que al igual que el rol empieza un día, otro día terminará. Nuestra naturaleza es reinventarnos constantemente.

A lo que voy con todo esto es que lo único que es permanente en nuestras vidas son nuestros sueños.

**Observa en este momento en tu vida lo siguiente:**

- ¿Sientes que tienes demasiados roles?
- ¿Te identificas en este momento con algún rol en particular y estás dejando a un lado tus sueños?
- ¿Estás apegada a un rol del pasado?
- ¿Tienes miedo a un rol que estás apunto de ejercer?