

METAS VÁLIDAS

Enumera tres metas en la columna de la izquierda. Responde sí o no para cada pregunta para evaluar cada meta en forma individual. Si alguna vez respondes “no” a alguna, corrige la meta para que sea válida.

Metas	¿Es personal?	¿Es realista?	¿Las consecuencias son positivas?	¿Tiene un plazo límite?	Metas corregidas
1.					
2.					
3.					

PASE POR AQUÍ

Decidir que
quieres estar en
el equipo de baloncesto.

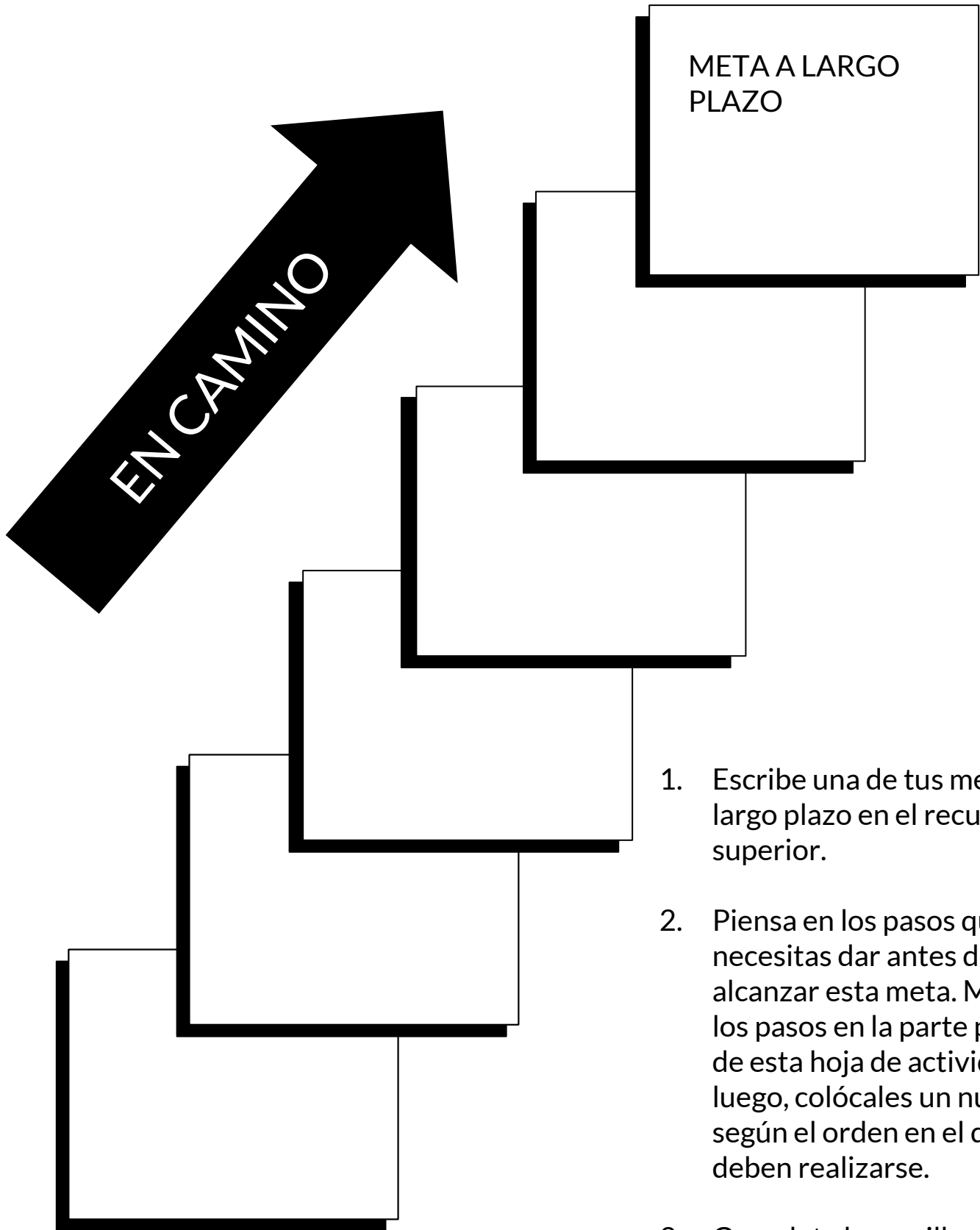
Alimentarte bien y
asegurarte de descansar
mucho durante la
semana antes de las
pruebas.

Buscar a alguien que
pueda ayudarte a
mejorar las habilidades
con las que tienes
problemas.

Ser elegido para el
equipo de baloncesto.

Comenzar a practicar
y averiguar cuándo
son las pruebas.

Ir a la prueba para el
equipo de baloncesto.



1. Escribe una de tus metas a largo plazo en el recuadro superior.
2. Piensa en los pasos que necesitas dar antes de poder alcanzar esta meta. Menciona los pasos en la parte posterior de esta hoja de actividades y, luego, colócales un número según el orden en el que deben realizarse.
3. Completa las casillas con las metas escalonadas que te ayudarán a alcanzar tu meta.

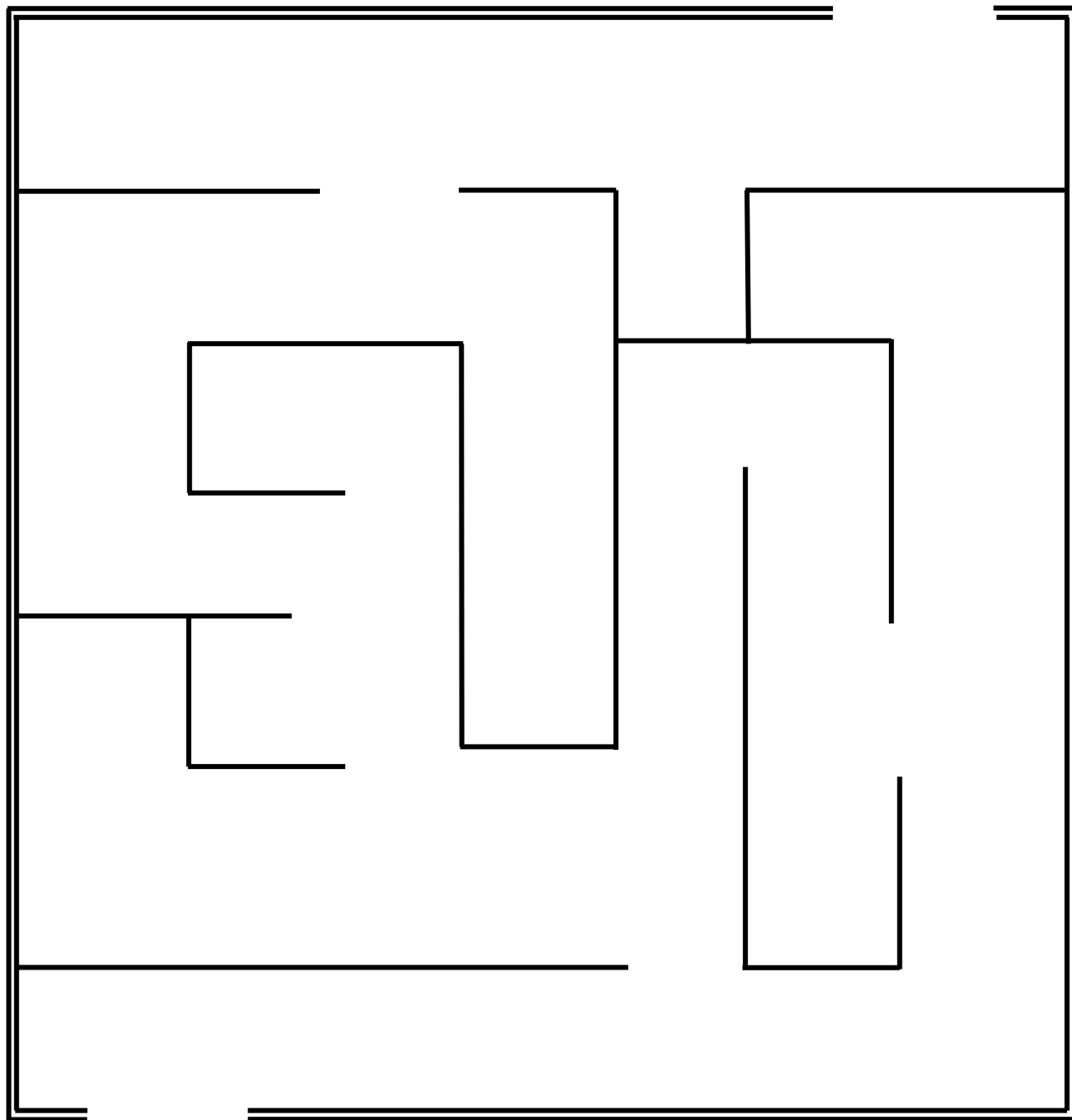
ENCUESTA PERSONAL

Cuando dices “lo haré”, pero luego no lo haces , se debe a que...	No		Sí	
	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
1. ¿Tienes miedo de no ser lo suficientemente bueno?				
2. ¿Un familiar hablará mal de ti?				
3. ¿Solo querías satisfacer a alguien más?				
4. ¿Tus amigos pensarán que te volviste raro?				
5. ¿Ya dijiste que “harías” demasiadas cosas?				
6. ¿Tienes problemas para decir que no a algunas personas?				
7. ¿No estás seguro de poder lograrlo?				
8. ¿Querías hacerlo, pero nadie más quería que lo hicieras?				
9. ¿No querías hacerlo en primer lugar?				
10. ¿Simplemente te rendiste?				

Si respondiste “Sí” para cinco o más preguntas, hay muchas posibilidades de que seas bastante duro contigo mismo. No seas tan exigente y deja de preocuparte tanto acerca de lo que piensan los demás. ¡Tu opinión también cuenta! Ten un poco más de confianza en ti mismo.

Si respondiste “No” para cinco o más preguntas, ¡continúa así! Es posible que quieras controlar que tu lado más competitivo no se apodere de ti.

EL LABERINTO



EL CAMINO DIFÍCIL

La nieve derretida chorrea sobre el suelo de la cancha de baloncesto por un agujero en el techo. Los asientos de madera vacíos son muchos más que los fanáticos en la tribuna superior. El baile de hip-hop del animador nerd Myron Noodleman recibe más ovación que los dos equipos de baloncesto en la cancha. Bienvenido a una noche fría de enero en Indiana, donde Fort Wayne Fury se enfrenta a Rockford Lightning (Illinois). Bienvenido a las ligas menores de la NBA, la Asociación Continental de Baloncesto (CBA).

Moochie Norris de los Fury, una estrella de la CBA que sueña con la NBA, está en la línea de tiro libre. Con solo unos segundos restantes del partido empatado, el base de 6' 1" de estatura tiene una chance para ganar. Pero la pelota golpea el interior del aro y rebota hacia afuera. Estuvo cerca, pero no fue suficiente. Sucede lo mismo con Norris, de 25 años: demasiado bueno para las ligas menores, pero no lo suficiente para el primer nivel. "Pero si me doy por vencido con mi sueño", dice, "no tiene ningún sentido que juegue".

En los nueve equipos de la CBA hay 90 jugadores como Norris, todos deseosos de recibir la llamada telefónica que les tocó a jugadores como John Starks, Mario Elie y Chris Childs: "Queremos que vengas a jugar a la NBA".

Norris, como el jugador más popular de la CBA, está terriblemente cerca de alcanzar la meta de la NBA que su padre le inculcó cuando tenía 6 años. Después de lograr salir de su duro vecindario en Washington, D. C., fue de una universidad a la otra, y jugaba lo suficientemente bien para ser reclutado por los Milwaukee Bucks como la opción número 33 en el reclutamiento de la NBA de 1996. "Me quedé mudo", asegura Norris. Sin embargo, antes de que comenzara la temporada, lo quitaron de la selección.

Luego, llamó la CBA, una liga de la que jamás había escuchado. "Vi una segunda chance para demostrar mi propio valor. No es la NBA, pero es

baloncesto profesional", explica. Sin embargo, los contratos semanales de la CBA pagan un promedio de \$1,700 y los viajes se suelen hacer en autobús. El salario promedio semanal en la NBA es un poco más alto, de \$140,000, y con varios jets privados de lujo para transportarse. "Mis amigos y entrenadores del vecindario me decían: 'Vas a llegar a la NBA. Solo trabaja duro. Nunca te detengas'", dice Norris.

Norris jugó en dos equipos de la CBA, los Florida Beachdogs y luego los Fury, generalmente frente a algunos miles de fans y uno o dos reclutadores de la NBA. En los últimos dos años, incluso jugó en algunas ligas profesionales en Francia y Chile durante los recesos de la CBA. "Cada vez que salgo a la cancha, intento mejorar", agrega.

El entrenador de Fort Wayne Fury, Keith Smart, cree que la ética de trabajo de Norris dará sus frutos. "Solo es cuestión de que algún equipo de la NBA diga: 'Vamos a darle una oportunidad'", dice Smart. "Porque puede jugar mejor que varios de los jugadores de reserva que tienen allí".

Eso es todo lo que Norris desea. "No espero que me llamen de la NBA y convertirme en una estrella", sostiene. "Si tan solo pudiera llegar allí, el resto se resolvería solo".

Una semana después del partido en Rockford, los Seattle SuperSonics hacen la llamada. Hizo la prueba y apenas llegó a formar parte del listado. Durante el fin de semana de apertura de la NBA, una noche eléctrica de febrero, frente a un público de 17,000 personas con entradas agotadas, Norris sale del banco y entra en el último cuarto; los Sonics pierden por 10 puntos. Sin problemas, anota cuatro triples seguidos. Encesta todos los tiros. "Sólo necesitaba una oportunidad", afirma. "Mi sueño se hizo realidad". Bienvenido a la NBA.

—por Chris Tauber

* Reimpreso con la autorización de la revista React.