



Subsector / Módulo: Lenguaje y Comunicación
PROFESOR: Roberto Jury

Comprensión lectora

Nombre Apellido:

Nivel:

Fecha:

Objetivo de Aprendizaje: -Comprender textos no literarios y responder preguntas relacionadas
-Relacionar textos no literarios

Habilidades de
Aprendizaje:

- 1.Lectura
- 2.Escritura
- 3.Oralidad

Cómo tener buena suerte

¿Casualidad o causalidad? ¿Cuánto podemos influenciar en los hechos felices que nos ocurren? Los expertos han identificado cuatro hábitos que atraen la buena suerte.

Cuando Anna Z. se mudó a Chicago, se afilió a un grupo de hablantes de árabe. “Me encanta probar cosas nuevas”, explica. “Supe del grupo y pensé: *¿Por qué no?*” Resulta que el organizador había crecido en Fez, Marruecos, donde Anna había vivido mientras aprendía el idioma. Ahora están casados y tienen un hijo pequeño

Algunos dirían que el destino llevó a Anna junto a su futuro esposo, pero la apertura de ella a las posibilidades inesperadas de la vida la puso en las circunstancias propicias. La suerte no es una fuerza misteriosa. “En gran medida somos responsables de casi todo lo bueno que nos pasa”, dice Richard Wiseman, profesor de psicología y autor de *El factor suerte*. Aquí cuatro hábitos que distinguen a las personas venturosas de las que se dicen infortunadas.

- **Espera cosas buenas:**

Cuando una persona se siente bendecida, inclina la balanza de la suerte a su favor. “Sus expectativas son profecías que se cumplen”, dice Wiseman. En un estudio de la Universidad de Nueva York, los estudiantes que creían que saldrían con alguien tenían muchas más probabilidades de ganarse al objeto de su deseo. ¿La explicación? Confianza en uno mismo. Si crees que te va a ir bien, estarás más motivado. Sentirse afortunado puede ayudarte incluso a ganar un premio en una rifa: cuanto más optimista seas sobre tu suerte, más billetes comprarás. ¿No lo eres? Los amuletos tal vez funcionen porque aumentan la confianza. En un estudio realizado en Alemania en 2010, sujetos supersticiosos jugaron un juego de memoria; los que usaban talismanes obtuvieron mejores puntajes que los que no.

- **Tienta a la suerte:**

La gente afortunada cultiva el trato con muchos amigos y conocidos. En un estudio, Wiseman mostró a los sujetos una lista de apellidos y les preguntó si se tuteaban al menos con una persona que se apellidara así. De quienes se sentían venturosos, casi la mitad marcó ocho apellidos o más, cifra alcanzada solo por el 25 % de los que se creían desventurados. “Los individuos que tienen buena suerte atraen y hablan con mucha gente, y se mantienen en contacto. Estos hábitos crean una ‘red de la suerte’, y la posibilidad de relaciones favorables”, dice Wiseman. Colleen Seifert, científica de la Universidad de Michigan, aconseja salir de la rutina: asistir a una conferencia, organizar una colecta de fondos o tomar clases de buceo. “Admitir un poco de caos en tu vida te dispone a un encuentro casual”, dice. Esa persona puede terminar siendo tu pareja, tu socio de negocios o alguien con quien hables cinco minutos y jamás vuelvas a ver. La idea es abrirse a las posibilidades.

- **Busca el lado bueno:**

Ver el aspecto positivo de la mala suerte ayuda al cerebro a procesar de otro modo la adversidad, explica Tania Luna, coautora de *Surprise: Embrace the Unpredictable and Engineer the Unexpected* (Sorpresa: acepta lo impredecible y crea lo inesperado). Luna mostró a un grupo de menores, imágenes emotivas (como un niño llorando) mientras medía su actividad cerebral. Luego volvió a mostrárselas con una explicación tranquilizadora, como: “Este niño acaba de reunirse con su mamá”. La actividad de la amígdala, que procesa el temor, se redujo drásticamente. De modo similar, las personas venturosas pueden convertir un obstáculo en algo positivo, lo que las impulsa a seguir aventurándose. Afrontá tu próximo revés con estas preguntas: ¿Qué aprendí? ¿Qué quiero ahora? ¿Cómo puedo obtenerlo?

- **Confía en tu intuición:**

Elizabeth B. nunca olvidará su momento de mejor suerte: mientras manejaba de Pensilvania a Nueva York, algo le dijo que comprara un billete de lotería. Al detenerse vio un terrible accidente: “Una camioneta cruzó mi carril y se estrelló contra la barrera de protección. Si no hubiera estacionado, estaría muerta”. Elizabeth no está segura de si se detuvo por casualidad o por intuición, pero la vista y demás sentidos perciben mucho más de

Por KATE ROCKWOOD, EXTRAÍDO DE HEALTH.COM

[illegible]