

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA VILLA FLORA	CÓDIGO: ED-F-18	VERSIÓN 2
	Planeación Ejecución de Proyectos	FECHA: 03-02-2020	

NOMBRE DEL PROYECTO: Prevención del consumo de sustancias psicoactivas SPA
 Área Encargada: Humanidades Lengua Castellana

Nombre de la actividad a realizar: Proyecto de vida.

Periodo: 3

Fecha de realización: Octubre del 2020 SEMANAS 8,9 Y 10

Marque el nivel al que va dirigido:

0°, 1° y 2° 3°, 4° y 5° 6° y 7° 8° y 9° * 10° y 11°

Primaria

Bachillerato *

Tiempo estimado:

1 hora y 30 minutos

Propósitos u objetivos (tomados del proyecto):

Promover el proyecto de vida en los estudiantes de octavo y noveno.

Recursos: cuaderno de lengua castellana, colores, lápiz. y/o hojas para realizar el taller.

Docentes Responsables: Venus Asprilla, María Betty Vásquez y Alejandra Manco.



Sabías que....

El proyecto de vida es una herramienta que busca orientar nuestro crecimiento personal, por medio de la identificación de aquellas metas que deseamos lograr y de las capacidades que poseemos; evita la dispersión y el desperdicio de tiempo y de nuestras propias capacidades.

Se dice que es un proyecto porque en él se plasman todos aquellos planes que se desean cumplir, tomando en cuenta los diferentes ámbitos de nuestra vida; implica un acto de consciencia, valentía, entrega, madurez y de toma de decisiones. Nunca buscará ser una receta para

vivir, sino un elemento que sirva para dar sentido a nuestra existencia, este sentido entendido como rumbo (¿a dónde quiero llegar?) y significado (¿qué representa para mí?).

“La importancia de realizar un proyecto de vida no sólo radica en la identificación de aquello que se quiere lograr, sino que a través del establecimiento de metas permite identificar o generar los recursos o medios para su cumplimiento.[...] Cuando se tiene claro el qué quiero y el cómo lo voy a obtener, es más sencillo retomar el rumbo cuando se presenten dificultades u obstáculos en la vida, o bien cuando las actividades y responsabilidades diarias nos impidan ver y trabajar por aquello que deseamos. Esto también posibilita que alcancemos la realización y satisfacción personal.” (Universidad de Colima, 2013:10)

Características del proyecto de vida

Para elaborar el proyecto de vida es importante reconocer algunas de sus características, las cuales se enumeran a continuación y están basadas en los textos de Casullo et al (1994) y D'Angelo Hernández (2000).

Es personal

La elaboración del proyecto de vida obedece a tu situación en particular, a tus gustos, necesidades e intereses. Nadie puede generarlo por ti, quizá haya situaciones sociales o personas allegadas que influyan en aquello que desees, sin embargo no lo determinan. Estas metas son personales y sólo tú decides hacia dónde quieres ir.

Es realista y objetivo

El establecimiento de las metas y la planificación de las mismas responden a tu realidad, a tus posibilidades y a tus habilidades. Esto implica un conocimiento personal y del medio en el que te desenvuelves.

Además, toma en cuenta aquello que si depende de ti y no del azar o de una situación externa. Por ejemplo, puedes planear ahorrar porque esto sí puede depender de ti, pero no se puede planear ganarse la lotería ya que esto no está en tus manos.

Es flexible

Como seres humanos vivimos etapas diferentes en la vida, como situaciones laborales, familiares o sociales, las cuales pueden cambiar cuando menos lo esperamos; un cambio de trabajo, la llegada de un hijo, la muerte de un ser querido, un accidente, la edad, entre otras situaciones, demandan replantear el proyecto de vida, tanto en el rubro de las metas como en los medios y recursos para alcanzarlas.

Es por eso que el proyecto se considera como flexible, porque en cualquier momento de la vida se puede revisar y ajustarlo mediante la reflexión de la situación actual, con decisión, voluntad y disciplina hacia aquello que quieres y vas a lograr.

El propósito del proyecto de vida es la planificación en la búsqueda de un bienestar personal, no busca generar angustia y estrés por la necesidad de cumplirlo. Siempre que las condiciones o las necesidades ya no lo favorezcan es necesario que se tome un tiempo para replantearlo.

Al tener un proyecto de vida se persigue lo siguiente:

1. Lograr independencia y autonomía total como individuo
2. Forjar una filosofía propia de la vida
3. Conocerse a sí mismo
4. Jerarquizar necesidades y establecer prioridades en su vida
5. Conocer habilidades innatas y desarrollar otras
6. Lograr la autodisciplina y el autoaprendizaje.
7. Lograr un equilibrio entre la vida familiar, personal, laboral y social.
8. Adquisición de un status y una posición socioeconómica estable.
9. Renovación constante y logro de nuevos objetivos. Mantener un espíritu de superación.
10. Lograr una auto-imagen integral y equilibrada de la persona y sus diversos roles

Elementos y fases del proyecto de vida

- I. Conocimiento propio (cualidades y debilidades, gustos, valores).
- II. Análisis de fortalezas, debilidades, amenazas y oportunidades.
- III. Definición de la visión y la misión personal.
- IV. Determinación de las metas y objetivos en las diferentes áreas de la vida.
- V. Examen de la estrategia y medios para alcanzar las metas y objetivos.
- VI. Selección de la estrategia y los medios.

Tomado de:

<https://es.scribd.com/document/144921612/El-Proyecto-de-Vida-Es-Un-Una-Herramienta-Que-Busca-Orientar-Nuestro-Crecimiento-Personal>

Actividad.

Teniendo en cuenta la información anterior, responde los siguientes interrogantes.

¿Cómo elaborar un proyecto de vida?

Al definir un proyecto de vida las personas podrán defender lo que piensan, sus intereses y formarse un carácter menos vulnerable al medio.

1. El punto de partida: Mi situación

- a) fortalezas
- b) debilidades

2. Autobiografía:

- a) ¿Quiénes han sido las personas que han tenido mayor influencia en mi vida?
- b) ¿De qué manera han influido?
- c) ¿Cuáles han sido mis intereses desde temprana edad?

- d) ¿Cuáles han sido los acontecimientos que han influido en mi vida en forma decisiva en lo que soy ahora?
- e) ¿Cuáles han sido en mi vida los principales éxitos y fracasos?
- f) ¿Cuáles han sido mis decisiones más importantes?

3. Rasgos de mi personalidad:

Enuncie dos aspectos que más te gustan y dos que no le gustan con relación a:

- a) Tu aspecto físico
- b) Tus relaciones sociales
- c) Tu vida espiritual
- d) Tu vida emocional
- e) Tu capacidad intelectual

- f) Tus intereses vocacionales

4. ¿Quién soy?

- a) ¿Cuáles son las condiciones que facilitan o impulsan mi desarrollo?
- b) ¿Cuáles son las condiciones obstaculizadoras o inhibidoras para mi desarrollo?
- c) Organice la información obtenida teniendo en cuenta los siguientes aspectos:
- d) Aspecto personal
- e) Aspecto social
- f) Medio ambiente
- g) Es posible el cambio
- h) Es factible el desarrollo
- i) No es posible cambiar (justifica por qué no)
- j) ¿Cuál sería el plan de acción a seguir?

5. ¿Quién seré?

- a) "Convertir sueños en realidad"
- b) ¿Cuáles son mis sueños?
- c) ¿Cuáles son las realidades que favorecen mis sueños?

