

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA PRESENTACIÓN					
	NOMBRE ALUMNA:					
	ÁREA/ASIGNATURA: EDUCACIÓN RELIGIOSA ESCOLAR					
	DOCENTE: FERNEY ALONSO RODRÍGUEZ ZAPATA					
	PERIODO	TIPO DE GUIA	GRADO	Nº	FECHA	DURACIÓN
3	APRENDIZAJE	8º	2	Julio-Agosto	2 HORAS	
INDICADOR DE DESEMPEÑO						
. Identifica como el proyecto de vida se consolida en la comunidad.						



¿QUÉ ES UN PROYECTO DE VIDA?

1. Propósito de aprendizaje

Comprender el proyecto de vida como un proceso dinámico mediante el cual una persona reconoce quién es, identifica sus capacidades y valores, establece metas y toma decisiones responsables teniendo en cuenta no solamente su bienestar personal, sino también su relación con la familia, la comunidad y la sociedad.

2. Pregunta orientadora

¿Cómo puedo comenzar a construir un proyecto de vida que responda a quien soy, a lo que quiero llegar a ser y a la manera como deseo relacionarme con los demás?

3. Actividad de indagación de conocimientos previos

Antes de comenzar: "Mi vida dentro de algunos años"

Imagina que han pasado diez años y que alguien te encuentra después de mucho tiempo.

Responde individualmente:

1. ¿Qué edad tendrías?
2. ¿Dónde imaginas que estarías viviendo?
3. ¿Qué te gustaría estar estudiando o haciendo?
4. ¿Qué personas quisieras que continuaran haciendo parte de tu vida?
5. ¿Qué cualidades personales quisieras conservar?
6. ¿Qué aspecto de tu manera de ser quisieras haber mejorado?
7. ¿Qué sueño te gustaría haber cumplido?
8. ¿Qué quisieras aportar a otras personas?
9. ¿Qué cosas consideras que podrían ayudarte a alcanzar ese futuro?
10. ¿Qué decisiones que tomes actualmente podrían acercarte o alejarte de él?

Puesta en común

En grupos de trabajo colaborativo, dialoguen sobre las siguientes preguntas:

- ¿Es suficiente tener sueños para construir un proyecto de vida?
- ¿Todos los proyectos de vida tienen que ser iguales?
- ¿Puede cambiar un proyecto de vida?
- ¿Qué diferencia existe entre un deseo y una meta?

4. ¿Qué es un proyecto de vida?

Cuando escuchamos la expresión proyecto de vida, con frecuencia pensamos inmediatamente en una profesión: "quiero ser médica", "quiero ser ingeniera", "quiero ser artista" o "quiero tener mi propia empresa".

Sin embargo, un proyecto de vida es mucho más amplio.

El proyecto de vida puede entenderse como la orientación que una persona va dando a su existencia a partir de lo que reconoce de sí misma, de aquello que considera valioso y de las metas que desea alcanzar.

Construir un proyecto de vida implica responder progresivamente preguntas como:
¿Quién soy? ¿Qué cosas son importantes para mí? ¿Cuáles son mis capacidades? ¿Qué necesito mejorar?
¿Qué quiero llegar a ser? ¿Qué tipo de persona quiero ser? ¿Qué decisiones debo tomar para acercarme a mis metas?
¿Qué puedo aportar a mi familia y a mi comunidad?

Por eso, el proyecto de vida no puede reducirse únicamente a escoger una profesión.
Una persona puede tener metas relacionadas con diferentes dimensiones de su existencia:

Personal: qué tipo de persona desea llegar a ser.

Familiar: cómo desea relacionarse con su familia y con las personas cercanas.

Académica: qué aprendizajes y niveles educativos desea alcanzar.

Profesional o laboral: qué actividades quisiera desarrollar en el futuro.

Social: cómo quiere participar en su comunidad y relacionarse con otras personas.

Ética: qué principios y valores quiere utilizar para orientar sus decisiones.

Espiritual: qué sentido desea darle a su existencia y qué preguntas trascendentes orientan su vida.

Por lo tanto, un proyecto de vida busca cierta coherencia entre lo que pienso, lo que valoro, lo que deseo y lo que hago.

5. El proyecto de vida comienza con el autoconocimiento

Nadie puede construir conscientemente su proyecto de vida sin detenerse primero a pensar en sí mismo.

A este proceso lo denominamos autoconocimiento.

Conocerse significa reconocer tanto las capacidades como aquellos aspectos que todavía necesitamos desarrollar.

Por ejemplo, una estudiante puede reconocer:

“Soy creativa y se me facilita dibujar, pero necesito aprender a organizar mejor mi tiempo”.

Otra podría descubrir:

“Me gusta ayudar a otras personas y trabajar en grupo, pero algunas veces me cuesta escuchar opiniones diferentes a la mía”.

Reconocer una dificultad no significa desvalorizarse. Por el contrario, identificar aquello que podemos mejorar permite tomar decisiones para crecer.

El autoconocimiento puede incluir preguntas relacionadas con: mis gustos; mis intereses; mis capacidades; mis emociones; mis valores; mis relaciones; mis dificultades; mis sueños; mis temores; mis experiencias significativas.

La adolescencia es precisamente una etapa en la que muchas de estas preguntas adquieren mayor importancia porque progresivamente se construye una identidad más autónoma.

6. Identidad y proyecto de vida

La identidad se refiere a la manera como una persona va comprendiendo quién es.

Nuestra identidad se construye mediante diferentes elementos: nuestra historia personal; la familia; las amistades; la cultura; las experiencias escolares; nuestras decisiones; los valores que asumimos; nuestras capacidades; nuestros intereses; nuestras creencias; los grupos a los cuales pertenecemos.

Sin embargo, ninguna persona está completamente determinada por aquello que ha vivido.

Las experiencias del pasado influyen en nosotros, pero también tenemos la posibilidad de aprender, modificar comportamientos y tomar nuevas decisiones.

Esto permite comprender una idea fundamental:

El proyecto de vida no consiste solamente en preguntarnos “¿qué me ha sucedido?”, sino también “¿qué quiero hacer con aquello que me ha sucedido?”.

7. Sueños, metas y acciones

Tener sueños es importante. Los sueños permiten imaginar posibilidades futuras y pueden convertirse en una fuente de motivación. Sin embargo, un proyecto de vida necesita transformar progresivamente algunos sueños en metas.

Observemos:

Sueño:

“Quisiera aprender inglés”.

Meta:

“Durante este año voy a mejorar mi comprensión del inglés estudiando veinte minutos cuatro días por semana”.

La segunda expresión es más concreta.

Una meta debe permitir identificar: qué quiero conseguir; qué puedo hacer para conseguirlo; qué recursos necesito; cuánto tiempo puedo necesitar; qué dificultades podrían aparecer; cómo puedo saber si estoy avanzando.

Ejemplo

Una estudiante afirma:

“Quiero mejorar académicamente”.

La intención es positiva, pero todavía es muy general.

Podría transformarse en:

“Durante el próximo periodo quiero entregar todas mis actividades dentro de las fechas establecidas y estudiar al menos treinta minutos antes de cada evaluación”.

Ahora existe una meta que puede convertirse en acciones concretas.

8. Proyecto de vida y toma de decisiones

Cada día tomamos decisiones. Algunas parecen pequeñas: hacer o no una tarea; estudiar o aplazar el estudio; participar o permanecer indiferente; decir la verdad o mentir; escuchar o interrumpir; ahorrar o gastar; solucionar un conflicto mediante el diálogo o mediante una agresión.

Otras decisiones parecen mucho más importantes: escoger determinados estudios; elegir amistades; definir actividades; participar en ciertos grupos; decidir cómo utilizar el tiempo libre.

Sin embargo, las decisiones pequeñas repetidas durante mucho tiempo pueden tener consecuencias muy importantes. Por ejemplo, una estudiante que desea ingresar algún día a la universidad no empieza a construir esa posibilidad cuando termina grado once. También la construye desde años anteriores cuando desarrolla hábitos de lectura, responsabilidad, disciplina y estudio.

Por eso podemos representar el proyecto de vida de la siguiente manera:

DECISIONES → Hábitos → Consecuencias → Posibilidades futuras

No podemos controlar completamente nuestro futuro, porque existen acontecimientos y circunstancias que no dependen de nosotros. Pero sí podemos asumir responsabilidad sobre muchas de nuestras decisiones.

9. Los valores como brújula del proyecto de vida

Imaginemos que una persona tiene metas muy claras, pero está dispuesta a engañar, perjudicar o utilizar a otras personas para alcanzarlas.

¿Podríamos afirmar que posee un buen proyecto de vida?

Un verdadero proyecto de vida necesita preguntarse no solamente:

¿Qué quiero conseguir?

sino también:

¿Cómo quiero conseguirlo?

Aquí aparecen los valores.

Los valores funcionan como una especie de brújula que ayuda a orientar las decisiones.

Algunos valores que pueden orientar un proyecto de vida son: respeto; responsabilidad; honestidad; justicia; solidaridad; perseverancia; libertad; empatía; cuidado; compromiso.

Por ejemplo:

Una estudiante desea obtener buenas calificaciones. Esa meta puede ser positiva.

Pero si para conseguirlas copia las actividades de otra estudiante, contradice valores como la honestidad y la responsabilidad.

Por eso el proyecto de vida debe mantener una relación entre:

METAS + DECISIONES + VALORES

10. El proyecto de vida también incluye a los demás

Aunque hablamos de un proyecto personal de vida, nadie construye su existencia completamente aislado.

Vivimos dentro de diferentes comunidades: familia; grupo escolar; barrio; grupos de amistad; instituciones;

sociedad.

Nuestras decisiones afectan a otras personas y las decisiones de otras personas también influyen en nosotros.

Por eso, durante la adolescencia comienza a aparecer una pregunta importante:

¿Qué puedo aportar yo a los demás?

Una persona podría proponerse: cuidar mejor a su familia; participar en actividades comunitarias; defender a una compañera que está siendo excluida; cuidar el ambiente; escuchar a alguien que necesita apoyo; participar responsablemente en actividades escolares; utilizar sus capacidades para ayudar a otras personas.

Un proyecto de vida que solamente pregunta “¿qué puedo obtener?” corre el riesgo de convertirse en un proyecto individualista.

También debemos preguntarnos:

¿Qué puedo aportar?

11. El proyecto de vida puede cambiar

Construir un proyecto de vida no significa escribir a los trece o catorce años exactamente todo lo que ocurrirá durante el resto de la existencia. Eso sería imposible. Las personas cambian. También cambian: nuestros intereses; nuestras capacidades; nuestras circunstancias; nuestras relaciones; las oportunidades; nuestros conocimientos.

Una estudiante puede imaginar actualmente que quiere ejercer determinada profesión y dentro de algunos años descubrir otra vocación.

Eso no significa que su proyecto de vida haya fracasado.

Un proyecto de vida debe tener dirección, pero también flexibilidad.

Podemos representarlo así:

Conocerme → elegir → actuar → evaluar → aprender → ajustar → continuar.

Por eso construir un proyecto de vida es un proceso permanente.

12. Actividad de comprensión

Responde en tu cuaderno.

1. Explica con tus propias palabras qué es un proyecto de vida.
2. ¿Por qué un proyecto de vida no puede reducirse únicamente a escoger una profesión?
3. ¿Qué relación existe entre autoconocimiento y proyecto de vida?
4. Explica la diferencia entre un sueño y una meta.
5. ¿Por qué las decisiones pequeñas pueden influir en nuestro futuro?
6. Explica la relación:

decisiones → hábitos → consecuencias → futuro

7. ¿Qué papel cumplen los valores dentro de un proyecto de vida?
8. ¿Por qué podemos afirmar que el proyecto de vida también posee una dimensión comunitaria?
9. ¿Por qué un proyecto de vida necesita ser flexible?
10. Explica la expresión:

“No podemos decidir todo lo que nos sucede, pero sí podemos tomar decisiones frente a muchas de las cosas que nos suceden”.

13. Actividad práctica 1: Mi mapa personal

En una hoja completa dibuja tu nombre dentro de un círculo ubicado en el centro.

Alrededor construye seis espacios.

1. Lo que me gusta
Escribe cinco actividades que disfrutas realizar.
2. Mis fortalezas
Escribe cinco cualidades o capacidades que reconoces en ti.
3. Lo que quiero mejorar
Escribe tres aspectos que consideras que necesitas fortalecer.
4. Personas importantes

Escribe personas o grupos que han influido positivamente en tu vida.

5. Mis valores

Selecciona cinco valores que consideras fundamentales.

6. Mis sueños

Escribe cinco cosas que quisieras lograr o experimentar durante tu vida.

Finalmente responde:

¿Qué relación encuentras entre tus capacidades, valores y sueños?

14. Actividad práctica 2: El árbol de mi proyecto de vida

Dibuja un árbol grande.

Cada parte representará un elemento de tu proyecto personal.

RAÍCES – ¿De dónde vengo?

Escribe: personas importantes; aprendizajes familiares; experiencias significativas; tradiciones; valores recibidos.

TRONCO – ¿Quién soy?

Escribe: cualidades; capacidades; intereses; características personales.

RAMAS – ¿Hacia dónde quiero crecer?

Escribe cinco metas relacionadas con diferentes dimensiones de tu vida.

HOJAS – ¿Qué necesito aprender?

Escribe conocimientos, hábitos o habilidades que deberías desarrollar.

FRUTOS – ¿Qué quiero aportar?

Escribe cosas positivas que quisieras aportar a: tu familia; tus amistades; tu colegio; tu comunidad.

15. Actividad práctica 3: De los sueños a las metas

Completa la siguiente tabla.

Mi sueño	Meta concreta	¿Qué debo hacer?	¿Quién puede apoyarme?	Posible dificultad

Selecciona posteriormente una de las tres metas y escribe tres acciones que puedas comenzar a realizar durante este año.

16. Actividad práctica 4: Las decisiones también construyen futuro

Lee las siguientes situaciones.

Caso 1

Mariana quiere estudiar medicina porque le interesa ayudar a las personas. Sin embargo, durante el colegio casi nunca estudia ciencias porque piensa que todavía falta mucho tiempo para terminar grado once.

Pregunta:

¿Qué relación existe entre sus decisiones actuales y su proyecto futuro?

Caso 2

Valeria es muy buena dibujando. Algunas personas le dicen que “eso no sirve para nada”, pero ella disfruta aprender diseño, ilustración y fotografía.

Pregunta:

¿Qué elementos debería analizar Valeria antes de tomar una decisión sobre su futuro?

Caso 3

Camila desea obtener buenas calificaciones, pero frecuentemente copia las actividades de sus compañeras.

Pregunta:

¿Cuál es la contradicción existente entre su meta y sus decisiones?

Caso 4

Sara tenía pensado estudiar una determinada profesión, pero después de participar en una actividad escolar descubrió nuevas capacidades e intereses.

Pregunta:

¿Cambiar una meta significa necesariamente fracasar en el proyecto de vida? Explica.

17. Actividad práctica 5: La escalera de una meta

Dibuja una escalera de cinco peldaños.

En la parte superior escribe una meta que te gustaría alcanzar.

Luego completa los peldaños empezando desde abajo:

Peldaño 1: Algo que puedo comenzar a hacer esta semana.

Peldaño 2: Un hábito que necesito desarrollar.

Peldaño 3: Una dificultad que probablemente tendré que superar.

Peldaño 4: Una persona o recurso que podría ayudarme.

Peldaño 5: Una evidencia que mostrará que estoy avanzando.

18. Actividad grupal: Una comunidad que ayuda a construir proyectos de vida

Organicen equipos de cuatro estudiantes.

Imaginen que ustedes pueden diseñar un colegio que tenga como uno de sus principales objetivos ayudar a sus estudiantes a construir un proyecto de vida.

El grupo deberá proponer:

1. Tres actividades que debería ofrecer el colegio.
2. Tres valores que deberían promoverse.
3. Dos espacios donde las estudiantes puedan expresar sus intereses.
4. Una estrategia para ayudar a quienes tengan dificultades académicas.
5. Una estrategia para descubrir talentos.
6. Una acción que permita a las estudiantes ayudar a la comunidad.

Posteriormente elaboren un pequeño afiche titulado:

“UN COLEGIO QUE AYUDA A CONSTRUIR FUTUROS”

Presenten la propuesta al grupo.

19. Producto final: Mi primera brújula de proyecto de vida

En una hoja, cartulina, presentación digital o diseño en Canva construye una brújula personal dividida en cuatro puntos.

NORTE – Lo que quiero llegar a ser: Escribe tres características de la persona que quisieras ser.

SUR – Lo que necesito transformar: Escribe dos comportamientos o dificultades personales que quisieras mejorar.

ORIENTE – Mis metas

Escribe: una meta personal; una meta académica; una meta familiar o social.

OCCIDENTE – Mis valores

Selecciona cinco valores que desees utilizar como criterio para tomar decisiones.

En el centro escribe:

“Una decisión que puedo comenzar a tomar desde hoy es...”

BIBLIOGRAFÍA

Catecismo de la Iglesia Católica. (1997). Libreria Editrice

Bisquerra Alzina, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Síntesis.

Erikson, E. H. (2000). *El ciclo vital completado*. Paidós.

Frankl, V. E. (2015). *El hombre en busca de sentido*. Herder.

Nussbaum, M. C. (2012). *Crear capacidades: Propuesta para el desarrollo humano*. Paidós.

Savater, F. (1991). *Ética para Amador*. Ariel.

Sen, A. (2000). *Desarrollo y libertad*. Planeta.

UNESCO. (2015). *Replantear la educación: ¿Hacia un bien común mundial?* UNESCO.