

PROYECTO DE VIDA

Definición de proyecto de vida - Qué es, Significado y Concepto

El concepto de proyecto nombra el conjunto de actividades coordinadas e interrelacionadas que buscan cumplir con un objetivo específico. En este sentido, podría decirse que un proyecto de vida es la dirección que una persona marca para su propia existencia.

Con base a sus valores, un hombre planea las acciones que tomará en su existencia con el objetivo de cumplir con sus deseos y metas. De esta forma, su proyecto de vida será como un programa a seguir para lograr sus anhelos.

Un proyecto de vida supone la elección de ciertas direcciones y la exclusión de otras, lo que puede generar un conflicto existencial y llevar a un estado de indecisión. Dentro del marco de situaciones normales, cuando una persona se dispone a escoger una determinada carrera universitaria, se enfrenta a una decisión que afectará su vida en muchos aspectos, desde el laboral hasta el social. Además, es necesario tener en cuenta que la elección tendrá como efecto inmediato el descarte del resto de opciones, y esto supone un desafío muy difícil de superar para muchos jóvenes.

Objetivos Del Proyecto De Vida

El objetivo es conocer las bases con que cuenta una persona para construir su proyecto de vida. Debe propiciar una sana aceptación de si mismo y de las circunstancias que lo rodean, sin que ello quiera decir que deba contemporizar con todo lo que pueda ser superado.



Dimensiones Del Proyecto De Vida

Son las áreas específicas para el desarrollo de la personalidad, teniendo en cuenta algunos aspectos:

- a) Conmigo mismo: aspectos físicos, aspectos afectivos y psicológicos, aspecto intelectual/escolar
- b) Con mi familia: aspecto familiar
- c) Con Dios: aspectos religiosos
- d) Con los demás: aspectos de relación, aspecto profesional, aspecto social

El Sentido De La Vida

El punto de partida y de llegada de todo proyecto personal de vida es el sentido de la vida:

- a) ¿Qué significa mi vida y que implicaciones tiene la respuesta que doy a este interrogante
- b) ¿Qué es para mí la felicidad?
- c) ¿Qué quiere decir realizarme en la vida?
- d) ¿Cuál es el porqué de mi vida como persona individual y social?

Misión

Esta marca un rumbo, no es ni una meta, ni un propósito. Contribuye al logro de los objetivos de la compañía estableciendo su identidad. Es el propósito de la propia vida contando con las propias cualidades, los gustos, las limitaciones y las potencialidades... como expreso mi tarea en el mundo, que puedo y que debo hacer en el mundo y con mi vida

Visión

Es proyectarse hacia la excelencia, es viajar hacia el futuro y verse allí
Es el sueño de la vida, el ideal, el futuro deseado. Es el norte hacia donde encamino todas mis opciones y mis actividades

Metas Del Proyecto De Vida

Son las etapas, los puntos de referencia a lo largo del proceso de formación y de desarrollo de la personalidad. Van marcando el nivel de progreso en las distintas dimensiones o áreas. Constituyen el itinerario que marcan la dinámica y la gradualidad en el proceso de maduración de la personalidad

Valores

Son los criterios de acción que convertidos en actitudes orientan los comportamientos de vida de cada persona. Son aquellos principios que llevan a la persona a actuar por convicciones. Son los pilares que le dan solidez al actuar humano y que, en cierto modo, definen la personalidad de cada quien

Ambientes

Son los lugares o espacios principales donde se desarrolla normalmente mi vida, donde establezco mis relaciones familiares, profesionales y de amistad, donde me desempeño cotidianamente y realizo mis compromisos: Hogar, Colegio, Calle

Desarrollo del Proyecto de Vida

Para desarrollar el contenido del proyecto de vida debes pasar a la siguiente hoja y aplicar los siguientes criterios para entregar el trabajo.

1. Debes desarrollar el siguiente contenido en un archivo de Word (para ello puedes eliminar las hojas de introducción y trabajar en este archivo o hacerlo en otro archivo de Word nuevo.)
2. Guardar de nuevo: **TuNombreCompleto_ProyectodeVida.doc**
3. Agregar fotos. Las cuales puedes escanear o insertar en los apartados que tu desees.
4. Aplicar las normas técnicas de presentación de trabajos escritos (títulos, tamaños y colores)
5. Agregar un borde de página a todo el documento
6. Opcional puedes agregar objetos animados como banner o gif.
7. Guardar el archivo cada vez que agregues información.
8. Al finalizar todo el proyecto hay que convertirlo en un libro electrónico. Aquí tienes algunas opciones:
<https://www.youtube.com/watch?v=g06dr6pUwVE>
9. Montar tu proyecto de vida en tu página Web como evidencia para el SENA y también enviarlo al correo: practicasdeclase1@gmail.com.

Proyecto de Vida

1. MI HOJA DE VIDA

Incluya aquí su
Fotografía
Actual

Datos personales

Yo soy la /el hijo /hija de _____ y _____

Nací el _____ Tengo ____ Mis padres me llamaron _____
porque _____

Estudie Mi preescolar en _____ Mi primaria en
_____ y mi bachillerato en _____

Estado de Salud

Peso _____ Estatura _____ Mi tipo de sangre es _____

Tengo vacunas contra _____

Soy alérgico/alérgica a : _____

Hasta la fecha he tenido estas enfermedades _____

Mi deporte favorito es _____

Incluya aquí una Imagen
Ojalá sea propia (escanear o
insertar)

Mundo Afectivo

Mis hermanos, hermanas, y familiares de dicen cariñosamente _____

Tengo hermanos o hermanas? Si _____ No _____

Sus nombres son _____

Mis mejores amigos y amigas me llaman _____

2. DONDE ESTOY AHORA.

CUESTIONARIO: En este apartado describo donde me encuentro ahora con relación a mis metas y propósitos: Marca una X en cada casilla según.

N°	Pregunta	Si	No
1	Tienes claridades sobre los valores mas importantes para ti y sobre los que está cimentada tu vida?		
2	Tienes claras tus metas a corto mediano y corto plazo?		
3	Tienes claro en qué área de tu vida personal debes hacer los cambios mas significativos?		
4	Tienes por escrito los planes para mejorar?		
5	Tienes claro que vas a hacer en el área profesional en los próximos años		
6	Las personas cercanas a ti (padres, hermanos, amigos) tienen claro cuales son sus metas e ideales?		
7	Tienes claro que acciones debes emprender para mantenerte saludable?		
8	Has definido tu plan de acción para mejorar tus relaciones interpersonales, cultivar amistades y entenderte mejor con tus familiares, vecinos y amigos?		
9	Eres tan exitoso como quieres?		
	TOTAL :		

Analiza tu resultado:

Si obtuviste Por debajo de 4:	No te sientas MAL Este ejercicio te puede ayudar a que seas consiente de la necesidad de trabajar en ti proyecto de Vida
Si obtuviste Entre 4 y 8:	No está mal; estas haciendo buenos esfuerzos para gerenciar tu proyecto de vida. Quizás necesitas un poco de ayuda y metodología.
Si obtuviste 9	Eres un modelo de persona que sabe como gerenciar su propia vida.

Felicitaciones! Estamos seguros que puedes lograr lo que te propones

El punto de partida **Mi situación**

a) Mis fortalezas. (aspectos en los que me destaco)

Incluya aquí una Imagen
Ojalá sea propia (escanear o
insertar)

b) Mis debilidades. (aspectos a mejorar)

Incluya aquí una Imagen
Ojalá sea propia (escanear o
insertar)

Autobiografía

a) ¿Quiénes han sido las personas que han tenido mayor influencia en mi vida y de qué manera?

b) ¿Cuáles han sido mis intereses desde la edad temprana? (redacta ampliamente)

c) ¿Cuáles han sido los acontecimientos que han influido en forma decisiva en lo que soy ahora? (redacta ampliamente)

d) ¿Cuáles han sido en mi vida los principales éxitos y fracasos? (redacta ampliamente)

e) ¿Cuáles han sido mis decisiones más significativas? (redacta ampliamente)

Rasgos de mi personalidad:

Para cada enunciado, Escriba 5 aspectos que más le gustan y 5 que no le gustan con relación a:

- 1) Aspecto físico
- 2) Relaciones sociales
- 3) Vida espiritual
- 4) Vida emocional
- 5) Aspectos intelectuales
- 6) Aspectos vocacionales

Incluya aquí una Imagen
Ojalá sea propia (escanear o insertar)