

Taller proyecto de vida



Inducción Virtual

Departamento de Educación Virtual y a Distancia

QUE ES UN PROYECTO DE VIDA

El tomar conciencia sobre las posibilidades de triunfar, el reconocer las habilidades y dificultades, el dirigir con autonomía el rumbo de la vida, enfocando la construcción del proyecto vital.

Tener un proyecto de vida es fundamental. De lo contrario se vive sin rumbo, a la deriva; se vive sin sentido. Este es el drama en el que vive hoy mucha gente. Muchos de tus compañeros viven sin saber para qué viven, viven sin un sentido, sin un rumbo que encamine sus vidas, viven a la deriva.

El Proyecto de vida es el señalamiento de objetivos vitales y profesionales que marquen los pasos de un desarrollo y crecimiento de las potencialidades propias.

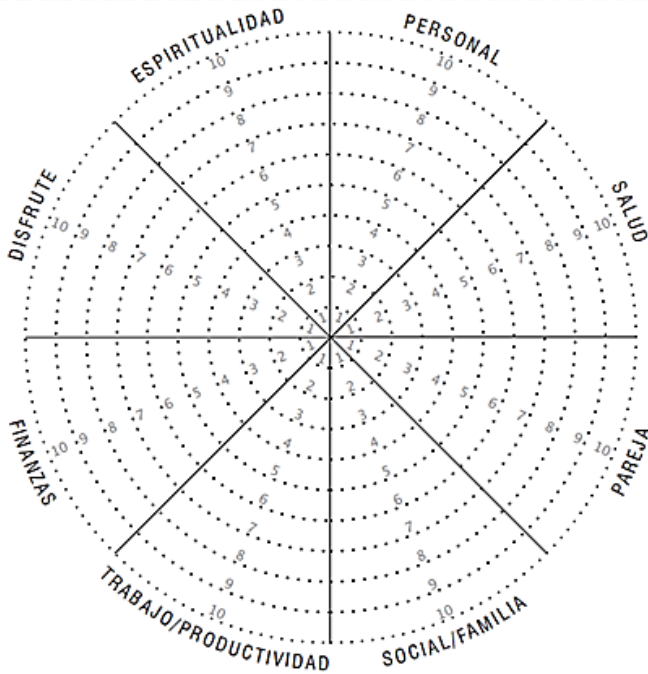
Los Pasos para realizar un Proyecto de Vida son los siguientes:

1. Descubrir tus prioridades
2. Diagnosticar la situación actual
3. Definir la Misión, Visión y los Valores que lo guiarán.
4. Establecer las competencias necesarias
5. Reconocer los logros y las carencias en las diferentes áreas
6. Establecer metas por periodos de tiempo a corto, mediano y largo plazo.
7. Desglosar las metas en tareas diarias y agendarlas.
8. Entrar en acción

1. Descubrir tus prioridades: TU RUEDA DE VIDA

Cuál es el nivel de satisfacción que experimentas actualmente en las diferentes áreas de tu vida?





INSTRUCCIONES: Para cada una de las 8 áreas de la rueda, determina tu nivel actual de satisfacción, califica de 1 al 10 donde 1 es totalmente insatisfactorio y 10 es absolutamente satisfactorio.

Para ello debes preguntarte; De 1 al 10 cuál es mi nivel actual de satisfacción en esta área en relación a lo que realmente quisiera estar viviendo? Luego sombrea en el área el nivel que corresponda a tu satisfacción en cada una de las áreas.

2. Diagnosticar la situación actual

Al establecer tus prioridades, hay que determinar dónde te encuentras con respecto a lo que quieres lograr. A estas alturas hay un mapa de todas las prioridades de tu vida, lo que te ayuda a trazar la ruta hacia dónde quieres llegar.

Dónde estoy hoy?	Dónde quiero estar?



3. Definir la Misión, Visión y los Valores que guiarán el proyecto

La MISION es la respuesta a la pregunta *Quién Soy, Qué hago, y Por qué estoy aquí?* La VISION es quien quieres ser y los VALORES son las directrices que van a guiar tus acciones y decisiones

Dado que estos son los parámetros en los cuales se guiarán las decisiones posteriores y en los que se fundamenta el proyecto es muy importante definirlos con precisión.

MISION

VISION

VALORES

En qué principios fundamentales creo?	Qué creencias no negocio?



4. Establecer las competencias necesarias

Para lograr las metas se requiere de conocimientos y actitudes. Por ejemplo para tener una buena relación con los demás se requiere de apertura y paciencia, hay que identificar cuáles son los conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para alcanzar nuestras metas de manera efectiva.

CONOCIMIENTOS	HABILIDADES	ACTITUDES

5. Reconocer los logros y las carencias en las diferentes áreas

Una vez determinado lo que se quiere lograr y con qué se va a lograr (competencias), debes encontrar en qué áreas has caminado hacia lo que es prioritario y qué es lo que falta por caminar, aquí es donde determinamos la ruta entre dónde estás y en quien te quieres convertir.

Debilidades	Oportunidades
-------------	---------------



Fortalezas	Amenazas
------------	----------

6. Establecer metas a corto, mediano y largo plazo

Ya clara la meta final, deben establecerse altos en el camino, dividir el proyecto en metas a corto, mediano y largo plazo, reales, medibles y desafiantes para transformarte en quien quieres ser.

CORTO	MEDIANO	LARGO PLAZO

7. Desglosar las metas en tareas diarias y agendarlas

Teniendo claramente establecidas las metas y delineados los tiempos a alcanzarlas, se desglosan en tareas del día a día, así estarás más cerca de conseguir lo que quieres. Después de dividir en tareas diarias debes establecer un método de gestión del tiempo y agendarlas en el día correspondiente.



META:

Fecha	Descripción de las tareas

8. Entrar en acción

Una vez lista la planeación y organización, solo hace falta andar el camino, un día a la vez, una a una!!

