PROYECTO DE EDUCACIÓN SEXUAL Y CONSTRUCCIÓN DE CIUDADANÍA

GRADOS: OCTAVO Y NOVENO

NOMBRE: _____

DESARROLLO PERSONAL

"Nadie sabe por ti

Nadie puede crecer por ti

Nadie puede buscar por ti.

Nadie puede hacer por ti lo que tú mismo debes hacer

La existencia no admite representantes."

(J. Bucay)

¿Por qué es importante que tengas definido un Plan de vida?

Tener definido un **proyecto de vida** te ayudará a ser **más productivo en la vida**, prescindiendo y eliminando aquellas cosas que requieren un esfuerzo por tu parte pero que no te están dando los resultados que necesitas para seguir adelante.

En definitiva lo que hace es que **elimina y simplifica tu vida** para que consigas centrarte en lo importante aumentando tu concentración sobre los objetivos marcados.

La realización de un **proyecto de vida** te lleva a una *transformación interior* y puede *hacernos personas plenas y activas con posibilidades de llegar a ser fieles con nosotros mismos*, es decir, alcanzar la **autorrealización personal**.

¿Qué preguntas debes hacerte en tu propio proyecto personal?

Respondo en mi cuaderno de ética y valores

La finalidad última de un **plan de vida** consiste en dar respuesta a las siguientes preguntas:

1. ¿Cuál es la **meta** que crees que te hará feliz?
2. ¿Cómo te gustaría verte dentro de **5 o 10 años**?
3. ¿Cómo **cambiará tu vida** si lo consigues?
4. ¿Qué hay detrás de esa meta? Es decir, ¿cuál es el **propósito**? La finalidad de tu plan de vida puede ser: obtener dinero, amor, libertad, tener más amigos o amigas, mejorar tu imagen personal, tener reconocimiento y fama.
5. ¿Crees de verdad que eso te hará **feliz a largo plazo**?

Dos consejos que debes saber antes

1- Aléjate de aquello que no te deja ser tu mism@

La cultura donde vivimos determina en cierta medida la *dirección de nuestro proyecto de vida personal* pero a pesar de todo debemos hacer un esfuerzo para definirlo y crearlo dependiendo de nuestros sueños individuales.

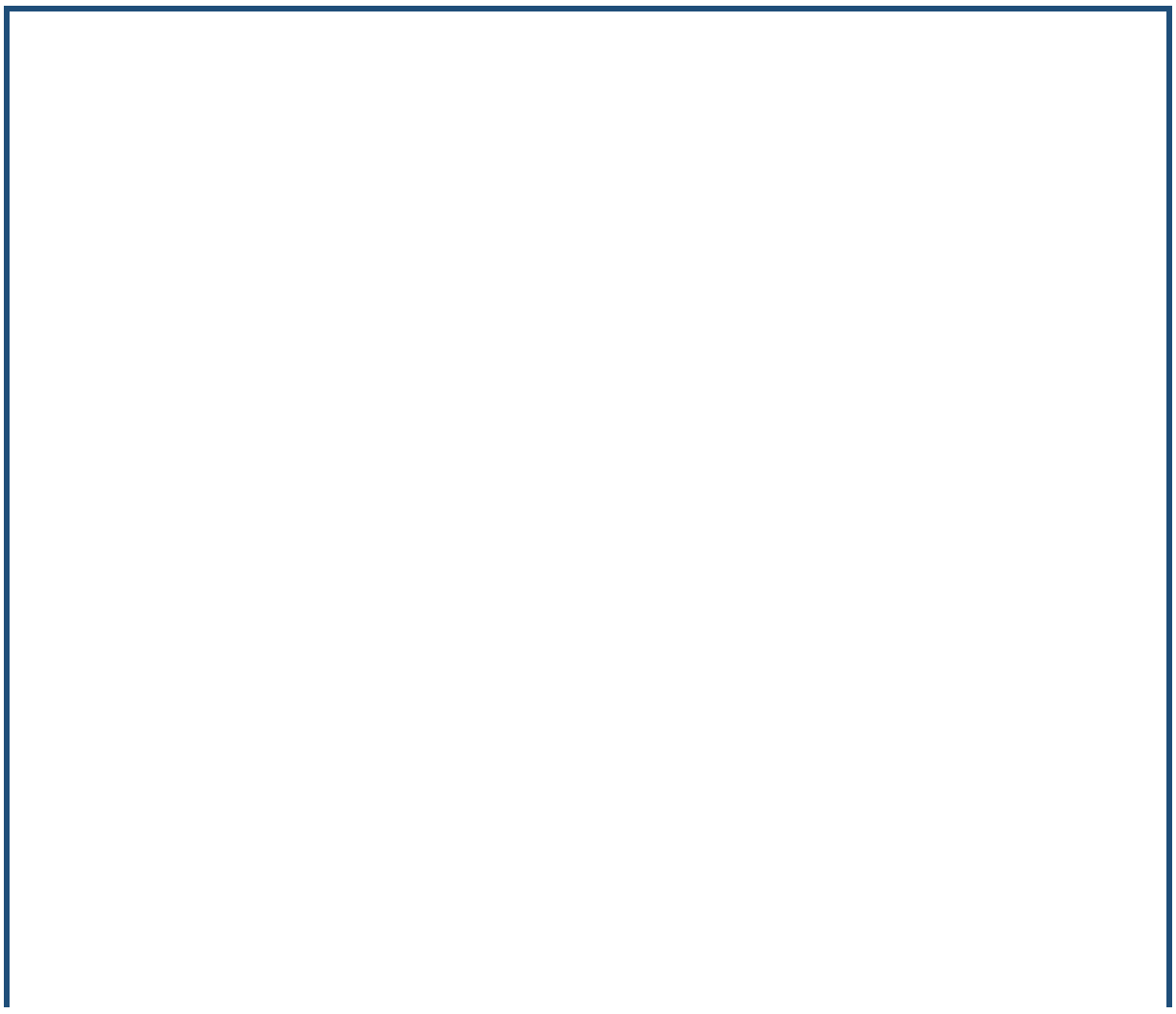
Por ello, para **crear un proyecto de vida personal** adecuado, tenemos que mantenernos alejados, en la medida de lo posible, de *todo aquello que nos impone la sociedad*. Este punto es vital para **desarrollar el camino interior que cada uno de nosotros debemos recorrer**

2.- Pasos para hacer un proyecto de vida personal

Realiza un esquema, este nos orientará en situaciones de confusión o estrés o cuando una mala experiencia nos quiera desviar del camino.

Tener un **esquema básico de los puntos a superar en un plan de vida:** nos permite recuperar cuanto antes la dirección de nuestros esfuerzos y dirigirlos hacia la meta que queremos**,** lo mejor es tenerlo a la mano pegado en la pared o puerta de tu habitación, porque esto nos permitirá reflexionar sobre ciertas cosas, hacer cambios y darnos cuenta si estamos yendo por el camino que nos trazamos.

- Así que investiga dentro de ti, cuál es tu situación actual y a dónde te gustaría llegar en el futuro qué te gustaría conseguir, creerlo, visualizarlo, sentir que cada día das un paso para lograrlo, establece **metas** a corto y mediano plazo para lograr ese **objetivo** que tienes de vida, por ejemplo: al año 2º22 graduarte de bachiller,al año 2023 iniciar una carrera técnica, tecnológica o universitaria, al 2028 iniciar su propia empresa, trabajar ahorrar luego conformar su propia familia. **Recursos:** medios y materiales que tienes a tu alcance para conseguir lo que te propones. Incluye el tiempo que estás dispuesto a sacrificar, es el recurso más preciado.
- **Métodos:** qué vas a hacer y cómo.
- **Ejecución:** cuando comenzarás a dar tus primeros pasos.
- **Evaluación:** a lo largo de un plan de vida o proyecto de vida personal debemos pararnos para analizar si el método que estamos aplicando nos acerca o nos aleja de nuestros objetivos.

Manos a la obra tu RETO consiste en diseñar tu propio PROYECTO DE VIDA, siguiendo las anteriores orientaciones.

Empieza a elaborar tu proyecto de vida con tiempo, es posible que te lleve algunos días.