



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 6
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Julio de 2020

PROYECTO DE VIDA



Quédate en casa

ORIENTACIONES PARA CONTINUAR FORTALECIENDO TU PROYECTO DE VIDA.

Habilidad General: CONCIENCIA SOCIAL

Habilidad Específica: LA EMPATÍA

GRADOS: 9°.

LO SIENTO

(Sentir lo que otras personas sienten cuando están pasando por algo difícil.)

EL ERROR

Lee la historia y completa las líneas en blanco con tus propias ideas:

¿Cómo comenzó todo?

Mercedes es una chica un poco tímida. Le gusta estudiar, aunque a veces se distrae haciendo otras cosas como ver televisión o hablar con sus dos amigas, con quien anda desde que estaba muy pequeña. Un día en el colegio, ante una pregunta del profesor, Mercedes dio una respuesta absurda... se equivocó... cometió un error. Sus compañeros se burlaron muchísimo... incluso la comenzaron a llamar con sobrenombres muy ofensivos.

Mercedes sintió: _____

Al otro día Mercedes pensó que ya todo estaría olvidado, pero no fue así... Sus compañeros la seguían ofendiendo y cada vez era peor... La dejaron encerrada en los baños del colegio... perdió dos clases hasta que alguien que pasaba abrió la puerta y ella pudo salir. Mercedes les contó a sus amigas...

Ellas sintieron: _____



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 6
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Junio de 2020

PROYECTO DE VIDA



La situación se agravó tanto que Mercedes se escondía para que esos compañeros no la molestaran... ya no quería volver al colegio... incluso sentía que se quería morir. Al conocer lo que le pasó a Mercedes yosiento: _____

¿Qué pasó después?

Entonces los amigos la animaron para que le contara a los papás... Mercedes decidió entonces:

¿Qué hizo Mercedes?

Los padres de Mercedes, adoloridos por lo que le pasaba a su hija, fueron al colegio para saber qué estaba pasando. La profesora comentó la situación con los otros maestros y decidieron hablar separadamente con Mercedes, sus amigas y los chicos y chicas que la estaban intimidando y agrediendo.

Quienes la agredían se disculparon públicamente con Mercedes y contaron equivocaciones y errores que ellos habían cometido alguna vez; se comprometieron a jamás volver a tener ese tipo de comportamientos en el colegio y tuvieron que desarrollar un proyecto con los estudiantes de primaria acerca de la importancia de los errores para la vida y del cuidado que debemos tener con los otros seres humanos.

Mercedes sintió:



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N.º. 6
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Junio de 2020



Qué es la empatía y cómo se desarrolla

La empatía puede definirse como la capacidad para poder sentir o comprender los sentimientos de la otra persona con la que nos comunicamos. **Esta habilidad social** es imprescindible para que no existan malentendidos, para interpretar el lenguaje corporal y para que su mensaje nos llegue con claridad. La empatía se da en todas las personas en mayor o menor grado. No se trata de algo especial que tenemos unos pocos al nacer, sino de algo que podemos ir desarrollando con el paso de los años. La capacidad para la empatía empieza a desarrollarse en la infancia. Los padres son los que cubren las necesidades afectivas de los hijos y quienes les enseñan, no solo a expresar los propios sentimientos, sino también, a descubrir y comprender los de los demás.





INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°.6
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Junio de 2020

PROYECTO DE VIDA



Quédate en casa

| | |
|--------------------------------|---|
| HÁBITO: 2 | COMENZAR CON UN FIN EN LA MENTE |
| PREGUNTA | ¿Eres en este momento lo que quieres ser, lo que soñaste que serías, haciendo lo que siempre has querido hacer? |
| OBJETIVO DE APRENDIZAJE | Definir nuestra misión personal, lo que queremos hacer de nosotros y la forma en que deseamos llegar a alcanzar esa meta. |
| TIPO DE ACTIVIDAD | Individual / grupal familiar |
| FUENTE | Los 7 hábitos de los adolescentes altamente efectivos. Sean Covey.1998 |
| TIEMPO DE LA ACTIVIDAD | 2 horas |
| CONCEPTOS, DEFINICIONES | Proyectar: Pensar una cosa o una acción y diseñarla gráficamente o establecer el modo y el conjunto de medios necesarios para llevarla acabo. Misión personal: Es la visión que cada individuo tiene de su propia vida y en base a ello trazarse un plano de sus actividades y esfuerzos para lograr sus objetivos planteados. |



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°.6
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Junio de 2020

PROYECTO DE VIDA



INTRODUCCIÓN

En esta oportunidad analizaremos el segundo hábito, a saber:

COMENZAR CON UN FIN EN LA MENTE.

El hábito 2 se basa en la imaginación, la capacidad de visualizar en tu mente lo que no se puede ver en la actualidad con los ojos. Se fundamenta en el principio de que todas las cosas se crean dos veces. Hay una creación mental (primero), y una creación física (segundo). La creación física sigue a la mental, al igual que un edificio sigue un plano.

actividad

DIÁLOGO EN GRUPO

Trabajo en familia:

Lee el siguiente texto, e inicia un conversatorio con los integrantes de tu familia con quienes te encuentres, o con compañeros con quienes te puedas conectar, sobre la frase de Séneca:

“No existe viento favorable para quien no tiene puerto de destino”.

Una de las mejores maneras de incorporar **Hábito 2** en tu vida es desarrollar una declaración de misión personal. Se centra en lo que quieres ser y hacer. Es tu plan para el éxito. Esto reafirma lo que eres, pone tus metas en el foco, y mueve tus ideas en el mundo real. Su declaración de misión te hace el líder de tu propia vida. Tu creas tu propio destino y aseguras el futuro que tu imaginas.

Este segundo hábito conecta con el concepto de misión o propósito, la esencia de a dónde queremos llegar, y con la visión, que es la descripción de la situación futura una vez que hayamos llegado allá a donde nos dirigimos. **Séneca decía que “No existe viento favorable para quien no tiene puerto de destino”. Igualmente se podría decir que si no se tiene un fin en mente, da igual qué camino seguir, da igual qué hacer. Si no hay un propósito, si no hay un destino, cualquier camino vale.**



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°.6
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Junio de 2020

PROYECTO DE VIDA



1. Ahora escribe lo que piensas acerca de la frase de SÉNECA.
2. Luego escribe en una hoja cuál es tu MISIÓN o PROPÓSITO en la vida.

REFLEXIÓN SOBRE UN FUNERAL

Lee atentamente la siguiente reflexión y luego responde en tu cuaderno de Ética las preguntas que aparecen al final de la reflexión:

Imagina que estás llegando al funeral de un ser muy querido. Imagínate llegando a la iglesia, oliendo las flores, viendo a las personas que están ahí. Lentamente caminas hacia el ataúd cuando de pronto te das cuenta de algo. No es el funeral de alguien más. Es tu funeral. En estado de shock, buscas en donde sentarte y ves el programa de la ceremonia. Dentro de esta ceremonia van a haber cuatro personas que van a hablar sobre tí y tu vida. La primera persona que va a hablar viene de tu familia. Tus hijos, hermanos, hermanas, tíos, primos, o hasta tus abuelos que han asistido a este evento. La segunda persona que va a hablar es un amigo tuyo. Alguien que te conoce como persona y la forma en la que interactúas con tus amigos. La tercera persona que va a hablar es un compañero(a) del colegio. Es un compañero(a) que te conoce y sabe la forma en la que llevas a cabo tus responsabilidades diarias. La cuarta persona que va a hablar es de un vecino del barrio.

Ahora responde con detenimiento los siguientes interrogantes:

- ¿Qué te gustaría que cada una de estas personas dijera sobre tí en ese día?
- ¿Qué tipo de hijo, estudiante o amigo te gustaría que describieran de tí?
- ¿Qué te gustaría que dijeran tus compañeros de clase sobre tí?
- ¿Qué crees que va a decir tu vecino acerca de tí?
- ¿Cómo te gustaría que describieran tu personalidad?
- ¿De qué logros o cosas positivas te gustaría que se acordaran?
- ¿Qué diferencia has hecho en la vida de estas personas?

- Escribe tres valores o cualidades que te gustaría aprender e incorporarlos a tu personalidad; por ejemplo: *Aprender a ser perseverante.*
- Escribe al menos dos metas que te propongas alcanzar en tu vida y explica brevemente qué acciones harás para lograr esas metas, es decir, cómo piensas alcanzarlas.

-



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°.6
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Junio de 2020



EVALUACIÓN

Una vez realizada la construcción de la misión, el estudiante debe responder la siguiente autoevaluación

| | Nunca | | | A veces | | | | Siempre | | | Mi puntuación para el Hábito 2 |
|--|-------|---|---|---------|---|---|---|---------|---|----|--------------------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | |
| Empiezo mis proyectos con un rendimiento claro de los resultados deseados. | | | | | | | | | | | |
| Tengo un sentido de dirección en mi vida. | | | | | | | | | | | 36 -40 Sumamente efectivo |
| Reviso y refino con que frecuencia mi Enunciado de Misión Personal. | | | | | | | | | | | 28 -35 Efectivo |
| A menudo separo tiempo para reconectarme con mi visión. | | | | | | | | | | | 16 -27 Algo Efectivo |
| | | | | | | | | | | | 4- 15 No Efectivo |

¿Qué puedo hacer para vivir el Hábito 2 a un nivel más alto?



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°.6
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Junio de 2020

PROYECTO DE VIDA

