



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: COMUNICACIÓN POSITIVA

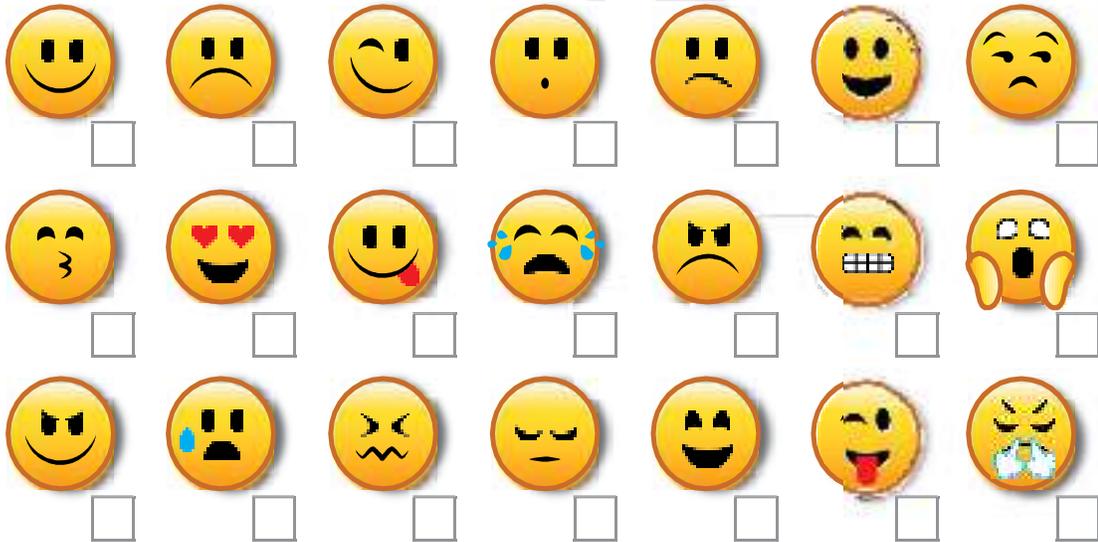
Habilidad Específica: ESCUCHA ACTIVA

GRADOS: 8°.

**EMOTICONES, GESTOS Y PALABRAS**

(Usar el lenguaje no verbal para mostrar mi interés en lo que estoy escuchando.)

¿Cómo lo puedo expresar?



Coloca el número correspondiente al lado del emoticón que te ayudaría a expresar cada una de las siguientes situaciones:

- 1) ¡Estoy furioso!
- 2) ¡Solo estoy bromeando!
- 3) ¡¡¡Uff, me salvé!!!
- 4) Me muero de amor...
- 5) ¡¡¡Qué horror!!!



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

PROYECTO DE VIDA



Ahora escribe tus propios estados y busca el/los emoticones que te ayudarían a expresarlos:

6. \_\_\_\_\_

7. \_\_\_\_\_

8. \_\_\_\_\_

### Un trabajo para Luisa

Juan y Luisa conforman un matrimonio que vive y trabaja en Bogotá. Los dos trabajan, aunque no en empleos muy buenos, y tienen un hijo pequeño. Como el trabajo de Luisa es a tiempo parcial, es ella quien más tiempo dedica al cuidado de la casa y del niño. Recientemente, a Luisa le ofrecieron un mejor trabajo, con posibilidades de promoción rápida y con un salario mayor a lo que ahora ganan los dos juntos. Aceptarlo, sin embargo, implicaría trasladarse a otra ciudad, por lo que Juan perdería su trabajo y no le sería fácil encontrar otro en ese lugar. Eso significa que, durante unos meses, tendrá que dedicarse a las tareas domésticas y a cuidar a su hijo mientras espera encontrar un nuevo trabajo.

¿Debe Luisa aceptar el trabajo? (Marca con una "X" tu respuesta)

SI

NO

Escribe, a continuación, por lo menos dos argumentos o razones para tu respuesta:

---

---

---

---

---

---

---



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

PROYECTO DE VIDA



La **escucha activa** consiste en una forma de comunicación que demuestra al hablante que el oyente le ha entendido. Se refiere a la habilidad de escuchar no sólo lo que la persona está expresando directamente, sino también los sentimientos, ideas o pensamientos que subyacen a lo que se está diciendo.



QUÉ **NO** HACER EN LA ESCUCHA ACTIVA

A continuación repasamos **algunos errores que se pueden producir cuando se escucha a la otra persona:**

- Distraerse durante la conversación
- Interrumpir al que habla
- Juzgarlo y querer imponer tus ideas
- Ofrecer ayuda de manera prematura y con falta de información
- Rechazar y no validar lo que el otro esté sintiendo
- Descalificar al dar tu opinión
- Contar tu propia historia en vez de escuchar la suya



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

PROYECTO DE VIDA



*Quédate en casa*

<b>HÁBITO: 2</b>	<b>COMENZAR CON UN FIN EN LA MENTE</b>
<b>PREGUNTA</b>	¿Eres en este momento lo que quieres ser, lo que soñaste que serías, haciendo lo que siempre has querido hacer?
<b>OBJETIVO DE APRENDIZAJE</b>	Definir nuestra misión personal, lo que queremos hacer de nosotros y la forma en que deseamos llegar a alcanzar esa meta.
<b>TIPO DE ACTIVIDAD</b>	Individual / grupal familiar
<b>FUENTE</b>	Los 7 hábitos de los adolescentes altamente efectivos. Sean Covey.1998
<b>TIEMPO DE LA ACTIVIDAD</b>	2 horas
<b>CONCEPTOS, DEFINICIONES</b>	<b>Proyectar:</b> Pensar una cosa o una acción y diseñarla gráficamente o establecer el modo y el conjunto de medios necesarios para llevarla acabo.  <b>Misión personal:</b> 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**

PROYECTO DE VIDA



**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?

---



---



---



---



---



---

