INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 19
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Noviembre de 2020

PROYECTO DE VIDA

Quédate en casa

HÁBITO: 4	**PENSAR EN GANAR – GANAR**
PREGUNTA	¡Todos tenemos las mismas oportunidades!
OBJETIVO DE APRENDIZAJE	Comprender que las relaciones efectivas y de largo plazo, requieren de cooperación a través de la búsqueda del beneficio mutuo y soluciones que permitan que todos tengan éxito.
TIPO DE ACTIVIDAD	Individual
FUENTE	Los 7 hábitos de los adolescentes altamente efectivos. Sean Covey.1998
TIEMPO DE LA ACTIVIDAD	1 hora
CONCEPTOS, DEFINICIONES	**Valor:** disponibilidad y habilidad para expresar tus pensamientos y sentimientos. **Consideración:** disponibilidad y habilidad para buscar y escuchar con respeto los pensamientos y sentimientos de los demás. **Mentalidad de abundancia:** para ti es fácil compartir reconocimiento y crédito. Los éxitos de los demás lo hacen feliz, especialmente de las personas cercanas a ti. **Mentalidad de escasez:** para ti es difícil compartir reconocimiento y crédito y te sientes amenazado por el éxito de los demás, especialmente las personas cercanas a ti.

Líder en Mí

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 19
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Noviembre de 2020

PROYECTO DE VIDA

INTRODUCCIÓN

Los hábitos se encuentran en la intersección de tres componentes que se relacionan: el conocimiento, las habilidades y el deseo o actitud. El conocimiento indica qué hacer y por qué hacerlo, las habilidades indican cómo hacer las cosas y el deseo es la motivación para lograrlas y las ganas de hacerlas. Cualquier persona que sea capaz de llevar estos hábitos en su vida cotidiana puede lograr importantes mejoras, tanto en su vida personal, familiar o social así como en cualquier organización.

Hábito 4 – Pensar ganar/ganar

La efectividad de este hábito muestra el beneficio mutuo entre seres humanos y ayuda de forma poderosa a encontrar equilibrio en las relaciones humanas con un sentido del bien común recíproco e igualdad. Este hábito posibilita el lograr satisfacciones compartidas entre todas las personas que participen en un proceso de intercambio o de negociación.

En una sociedad como la actual donde predomina más el egoísmo y el aislamiento basados en el paradigma de la acumulación y escasez de los recursos este hábito abarca el estudio de seis paradigmas en las interacciones humanas: 1) ganar / ganar; 2) gano / pierdes; 3) pierdo / ganas; 4) pierdo / pierdes; 5) gano; 6) ganar / ganar o no hay trato.

Cada uno de estos paradigmas modela las relaciones humanas y conllevan a consecuencias determinadas; no obstante el primer modelo en una realidad de ayuda mutua es el único viable para generar vínculos de apoyo entre las partes y la duración de cualquier relación humana. Este primer modelo representa beneficios que dan mutua satisfacción, adicionalmente permite el aprendizaje e influencia mutuos. Todos los conflictos en los diferentes ámbitos sociales y económicos reflejan la ausencia de la comprensión y aplicación de este modelo.

Líder en Mí

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 19
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Noviembre de 2020

PROYECTO DE VIDA

ESQUEMAS DE PENSAMIENTO

GANAR – GANAR	**No se trata de ti o de mí, se trata de ambos. No tiene que ver con quién obtiene el pedazo más grande del pastel . Hay más que suficiente para todos.**
PERDER – GANAR	Hazlo a tu manera. Siempre salgo perdiendo. Bajas expectativas y compromete tus principios.
GANAR – PERDER	Es pastel del éxito es tan solo de este tamaño y si tú obtienes un trozo grande, entonces me tocará menos a mí. Competitivo y orgulloso.
PERDER - PERDER	Si yo me hundo, te hundes conmigo.

Su modo de pensar influye en sus interacciones con otros de forma positiva o negativa. Pensar Ganar – Ganar es un modo de pensamiento que busca el beneficio mutuo.

Lider en

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 19
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Noviembre de 2020

PROYECTO DE VIDA

IDENTIFIQUE BENEFICIOS MUTUOS

Siempre se debe pensar en las ganancias que hay para usted y para los otros en cada situación.

HAGA DEPÓSITOS EN LA CUENTA DE BANCO EMOCIONAL DE OTROS

La cuenta de banco emocional es una metáfora de la cantidad de confianza que existe en sus relaciones. Así como usted hace depósitos y retiros en cuentas bancarias típicas, también hace depósitos y retiros emocionales con sus relaciones.

Inefectivo: solo hay una cierta cantidad y mientras más tengas tú, menos habrá para mí**.**

Efectivo: hay mucho de todo para ambos, e incluso más para repartir.

Lide en MI

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 19
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Noviembre de 2020

PROYECTO DE VIDA

Actividad 1	
Identifica una situación personal desafiante en tu vida, en la parte de abajo identifica qué es ganancia para ti y que sería ganancia para los demás.	
MI GANANCIA	LA GANANCIA DE LOS OTROS

Actividad 2.

Haga depósitos en la cuenta de banco emocional de algunos de sus compañeros de grupo o familia. Piense en aquellas personas a las que antes les haya hecho un retiro. Utilice el siguiente formato, diligéncielo y entréguelo. Ejemplo:

BANCO EMOCIONAL

Proyecto de vida "ANSAR"

____de_____ 20_____

Páguese a_____

Depósito de_____

Motivo_____

Firma_____

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 19
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Noviembre de 2020

PROYECTO DE VIDA

EVALUACIÓN

	NUNCA				A VECES					SIEMPRE
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Hago depósitos regulares y sinceros en la cuenta de banco emocional de otras personas										
Tengo el valor para decir NO cuando es adecuado										
Trabajo para encontrar soluciones ganar - ganar.										
Hago lo que es mejor para todo el grupo, no solo para mis propios intereses.										

Mi puntuación para el habito 4

¿....?

Puntajes:

36 -40	Sumamente efectivo
28 –35	Efectivo
16 –27	Algo Efectivo
4- 15	No Efectivo

ider en MI

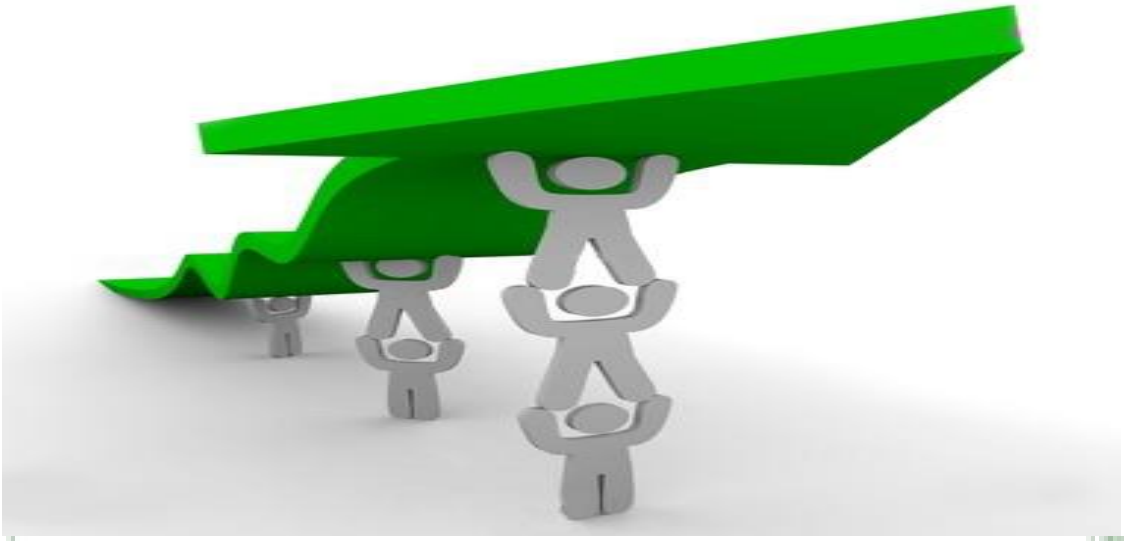
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 19
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Noviembre de 2020

PROYECTO DE VIDA

¿Qué puedo hacer para vivir el Hábito 4 a un nivel más alto?

_____
_____
_____
_____
_____
_____

¿+}
Nhygft



U5 2wht5

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 21
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Noviembre de 2020

PROYECTO DE VIDA

Quédate en casa

ORIENTACIONES PARA CONTINUAR FORTALECIENDO TU PROYECTO DE VIDA.
Habilidad General: AURREGULACIÓN
Habilidad Específica: CONMIGO MISMO(A)

GRADOS: 11.

¿AUTOCONCEPTO?

(Reflexiono cómo los otros afectan mi autoconcepto.)

ACTIVIDAD 1:

Temas:

- El uso de la marihuana debe ser legalizado.
- La libertad sexual debe ser ejercida por hombres y mujeres.
- La asistencia a las escuelas debe ser libre.
- Cualquier mujer tiene derecho a decidir cuántos hijos quiere tener y cuándo.
- Las muchachas de 16 años son más maduras que los muchachos de la misma edad.

Escoge dos temas de los anteriores.

¿Cuál es tu opinión?

TEMA 1:

_____
_____
_____
_____
_____
_____

TEMA 2:

_____
_____
_____
_____
_____
_____

ANSAR

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 21
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Noviembre de 2020

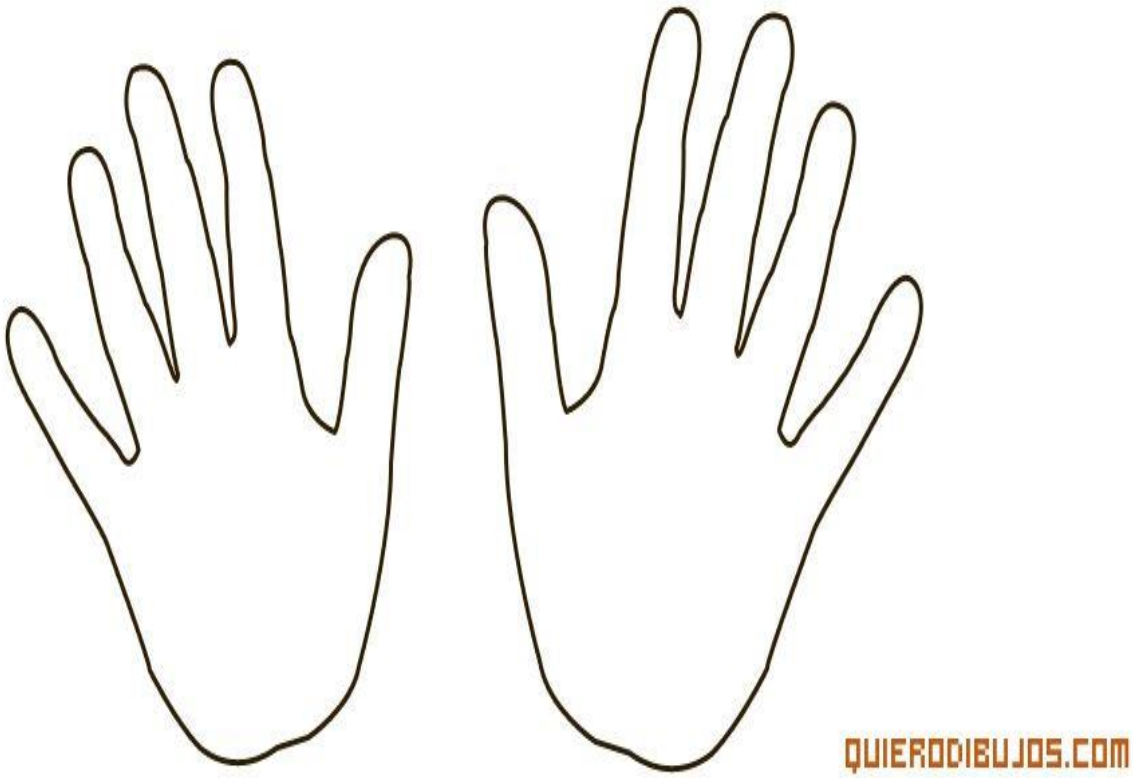
PROYECTO DE VIDA

ACTIVIDAD 2:

En una hoja dibuja tus dos manos (derecha e izquierda)

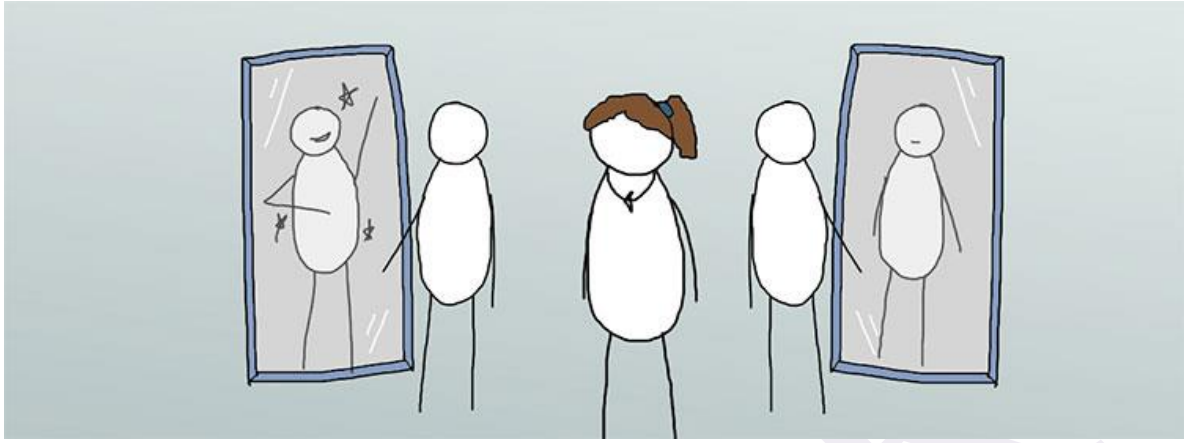
En la mano derecha escribe tus limitaciones ya sea en la palma o en cada dedo.

En la mano izquierda anota tus habilidades y metas.



“Somos los que hacemos, pero principalmente somos lo que hacemos para cambiar lo que somos.”
(Eduardo Galeano)

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 21
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Noviembre de 2020



AUTOCONCEPTO

Es el conjunto de creencias que una persona tiene acerca de lo que ella misma es.

Cada persona se forma, a lo largo de su vida, una serie de ideas o imágenes que llevan a creer que así es. Hay personas por ejemplo que creen firmemente en su capacidad para ganar dinero o para vencer en la vida y también, por desgracia, existen las que se han formado un autoconcepto negativo, de manera que están convencidas de su incapacidad para triunfar y progresar. Si una persona cree que no es apta para las matemáticas, aunque tenga cualidades para ellas, será inútil.

Lo mismo sucede en forma contraria: si una persona cree y tiene fe en sus aptitudes, por ejemplo para la música, poco a poco desarrollará sus habilidades para ella. Es necesario cada persona revise sus limitaciones y si tiene un concepto negativo de sí misma.

En el momento en que cambia esa idea, poco a poco puede cambiar su conducta y su salud física y mental.