INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 15
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Septiembre de 2020

PROYECTO DE VIDA

Quédate en casa

ORIENTACIONES PARA CONTINUAR FORTALECIENDO TU PROYECTO DE VIDA.
GRADOS: 11°.
HABILIDAD GENERAL: TOMA RESPONSABLE DE DECISIONES
HABILIDAD ESPECÍFICA: AUTOEFICACIA

ORGANIZACIÓN, FOCO Y FLEXIBILIDAD (OFF)

(Fortalecer mi cerebro con organización, atención y flexibilidad.)

OFF en mi día a día

Lee cada frase y contesta pensando en tu vida diaria.

ORGANIZACIÓN	**Estrategia 1:** Me organizo con calendarios y agendas

Por ejemplo, si tengo que analizar cuáles son los programas de formación que podría estudiar, ¿cómo podría usar esta estrategia?

_____
_____
_____

Estrategia 2: Utilizo pasos pequeños para completar una actividad que es muy larga.

Por ejemplo, si tengo que mirar muchas páginas web de instituciones de educación superior, ¿cómo podría usar esta estrategia?

_____
_____
_____

ANSAR

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 15
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Septiembre de 2020

PROYECTO DE VIDA

FOCO	**Estrategia 3:** Presto atención a lo que está pasando ahora, no a lo que sucedió en el pasado o las cosas que pueden impedirme estudiar

Por ejemplo,

_____
_____
_____

Estrategia 4: Me enfoco en lo positivo de la vida. Cada día puedo pensar en lo que es importante para mí ahora y en el futuro.

Lo positivo en mi vida es

_____
_____
_____

Estrategia 5: Tengo metas por alcanzar en mi vida.

Algunas de mis metas son:

_____
_____
_____
_____

ANSAR

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 15
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Septiembre de 2020

PROYECTO DE VIDA

FLEXIBILIDAD	**Estrategia 6:** puedo cambiar mi punto de vista acerca de las cosas y pensar de diferente manera.

Estrategia 7: puedo reconocer cuáles son mis pensamientos, y darme cuenta cuándo me estoy aferrando a pensamientos negativos.

Cuando me siento aferrado a estos pensamientos negativos, puedo…

_____
_____
_____
_____

ISAR

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 15
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Septiembre de 2020

PROYECTO DE VIDA

Quédate en casa

HÁBITO: 4	**PENSAR EN GANAR – GANAR**
PREGUNTA	¡Todos tenemos las mismas oportunidades!
OBJETIVO DE APRENDIZAJE	Implementar una actitud positiva de ganar – ganar en todas las situaciones de la vida.
TIPO DE ACTIVIDAD	Individual
FUENTE	Los 7 hábitos de los adolescentes altamente efectivos. Sean Covey.1998
TIEMPO DE LA ACTIVIDAD	1 hora y 30 minutos
CONCEPTOS, DEFINICIONES	Abundancia, beneficio mutuo.

INTRODUCCIÓN

Habito 4:

pensar Ganar-

Ganar

Liderar con MI
pensar Ganar-
Ganar

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 15
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Septiembre de 2020

PROYECTO DE VIDA

Es el cuarto habito , que nos habla más sobre la relación que tenemos con las personas que nos rodean , pretende que dentro de cualquier relación pensemos en lo que obtendrá la otra persona tanto como nosotros al realizar una acción, especialmente si se trata de alguna favor o negociación

En la sopa de letras encuentra 10 palabras relacionadas con ***el habito 4***

C	O	M	P	A	R	T	I	R	F	R	N	D
S	O	E	R	T	O	P	G	R	K	E	B	I
E	P	M	O	E	N	A	A	A	L	S	V	A
N	O	Q	P	W	A	S	N	T	S	P	C	L
O	R	S	O	E	P	D	A	U	E	O	E	O
I	T	D	R	T	T	F	R	R	V	N	N	G
C	U	Y	T	D	K	I	G	F	U	S	S	O
C	R	E	U	S	P	O	R	S	I	A	D	R
A	B	U	N	D	A	N	C	I	A	B	C	T
E	R	T	O	V	T	X	Z	D	A	L	V	B
S	O	P	A	R	A	I	C	O	G	E	N	M

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 15
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Septiembre de 2020

PROYECTO DE VIDA

Describe una situación que hayas experimentado en cada cuadro:

Ganar – perder	Perder –ganar
Ganar-ganar	Perder-perder

Anota tu compromiso para cumplir el hábito 4:

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Lider en MI