

Institución Educativa Departamental Carmen De Carupa
Técnico agroindustrial con especialidad en procesamiento de alimentos



Proyecto de vida
Me proyecto para el futuro

Lic. P Jairo Hernando Bermúdez Martin

Lic. Dora Isabel Acosta Molina

Lic. Dora Susana Yomayuza Barragán

Lic. Sandra Milena Ramos Carrillo

Carmen de Carupa

Enero – 2021

Introducción

Un proyecto de vida es un instrumento que permite al ser humano desarrollar su personalidad de manera responsable, y visión futurista, con el propósito de fijarse metas y objetivos claros para realizarse como ser humano integral en la vida.

El proyecto de vida se basa en lo que la persona quiere ser en un futuro en todos los ámbitos, abarcando lo que esto conlleva, aptitudes, gustos, fortalezas y debilidades de cada uno de los individuos teniendo en cuenta el fortalecimiento de la ética y la moral. Además de estos, debe abarcar los contextos donde los(as) estudiantes se desarrollen como personas debido a que el ser humano es un sujeto social y este debe adaptarse y cumplir todos los patrones de comportamiento implícitos en cada uno de estos (familia, pares, Institución educativa, ambiental social y laboral).



Estos temas serán abordados en un tiempo y un espacio en cada una de las aulas desde el grado 0° hasta el grado 11°, siendo ejecutados por medio de trabajos en grupo, lecturas guía, y trabajos de consulta en el hogar de manera consecuente propuestos a través de una guía por periodo a desarrollar en el salón de clase.

Justificación

Este proyecto se plantea por la necesidad de brindar a los estudiantes un acompañamiento que promueva sus habilidades de autoconocimiento y genere iniciativas de movilización de recursos para la consecución de las metas que traza para su plan de vida.

Para el ser humano es necesario el proceso búsqueda de la autorrealización pues a través de él se despierta el sentido y la razón por la cual asume y enfrenta las dificultades, retos y aprendizajes que se presentan durante su presente y futuro.

Por este motivo se ha denominado Proyecto de Vida a las acciones que permiten buscar la vocación, la seguridad en sí mismo, la adecuada autoimagen y en sí los elementos necesarios para alcanzar una vida social, cultural, familiar y personal satisfactoria.



Objetivos

Objetivo general

Orientar a los estudiantes para que diseñen su proyecto de vida de acuerdo con su entorno, cualidades, potencialidades, visión, actitudes y aptitudes, de manera armónica y equilibrada.

Objetivos específicos

Favorecer el autoconocimiento a través de diversas estrategias pedagógicas acordes a su edad.

Propiciar el fortalecimiento de la autoestima que le permita al estudiante valorarse como ser humano.

Orientar a los estudiantes en la búsqueda del sentido de su existencia y su responsabilidad en el logro de sus metas.

Motivar a los estudiantes para la toma de decisiones vocacionales acordes a sus cualidades, talentos, metas y entorno.

Marco teórico

Proyecto de vida

El proyecto de vida es una herramienta que pretende apoyar el crecimiento personal, identificando las metas que deseamos conseguir y reconocer las capacidades que poseemos; este plan evita la dispersión y el desperdicio de tiempo y de nuestros recursos. “Un joven que prepara su plan de vida se prepara para triunfar, Difícilmente fracasará, y muy probablemente dejará huella profunda en el mundo” (Castañeda, L., 2001).

Es un proyecto porque se expresan todas aquellas ilusiones, sueños, metas y objetivos que se desean alcanzar, considerando los diferentes aspectos de nuestra vida; involucra la toma de decisiones con madurez; para lograrlo se necesita constancia, perseverancia para cumplirlo.

No es una fórmula para vivir, sino un componente que nos apoya para dar sentido a nuestra existencia, una dirección a dónde queremos llegar y que tiene un significado específico para mí. A través de establecer metas es posible identificar y obtener los recursos o medios para llevar a cabo su cumplimiento.

Cuando se tiene claro lo que se quiere y cómo obtenerlo, será sencillo retomar el camino cuando se presenten impedimentos, obstáculos o dificultades, o cuando debido a las actividades y responsabilidades cotidianas nos hayamos desenfocado de nuestras metas y volvamos a trabajar por aquello que queremos lograr. Esto también posibilita que alcancemos la realización y satisfacción personal.

Amato (s/f) dice que “en el caso de la adolescencia existe evidencia de que tener un proyecto de vida mejora las probabilidades de desarrollo de hábitos saludables y reduce el peligro de efectos adversos de los distintos factores de riesgo sobre la salud integral del adolescente.



Para este programa de proyecto de vida se propone la articulación de los proyectos de educación sexual y construcción de ciudadanía y derechos humanos que establece el Ministerio de Educación Nacional, con La escuela de padres que viene funcionando en la institución como respuesta a la corresponsabilidad en la educación y las necesidades del desarrollo de habilidades sociales y orientación vocacional. Un proyecto de vida tiene un efecto protector, no significa que la vida esté proyectada. Se trata de lograr la capacidad de identificar un significado o un sentido a la vida”.

Características. Algunas de ellas se enumeran a continuación:

1. Personal

La elaboración del proyecto de vida obedecerá a tu situación específica, a tus gustos, necesidades e intereses. Nadie debe realizarlo por ti, tal vez puedas solicitar consejos o sugerencia a las personas más cercanas sin que ello sea determinante porque es un proyecto tuyo. Las metas son personales y sólo tú puedes decidir a dónde quieres llegar. Realista, objetivo y coherente.

La planeación y el establecimiento de las metas deberán corresponder a tu realidad, a tus posibilidades, capacidades, aptitudes y habilidades. Esto implica que debes conocerte bien y reconocer el medio en el que te desenvuelves. Deberás considerar aquello que si depende de ti, no de lo que otros puedan hacer por ti ni del azar o de una circunstancia externa. Por ejemplo, puedes planear cuánto ahorrarás porque ello si está en tus manos, pero no puedes tomar en cuenta que te sacarás la lotería o el “me late” porque eso no depende de ti. Deberá planearse lo que se espera lograr y especificar lo que se hará para lograrlo.

2. Flexible

Nuestra vida va transcurriendo en diversas y situaciones sean personales, familiares, escolares, laborales o sociales, que podrían cambiar en algún momento; una enfermedad, un accidente, un nuevo trabajo, un bebé, la edad que va avanzando, la muerte de algún ser querido, entre otras, por las que será necesario replantearnos el proyecto de vida, que habíamos definido tanto en cuestión de las metas como en los medios y recursos con que contemos para alcanzarlas.

Por esas razones el proyecto debe ser flexible, porque debe tomarse un tiempo para revisarse y realizar los ajustes que sean necesarios y replantearlo en vista de que las condiciones, necesidades o la nueva situación, sin dejar de lado la voluntad de conseguir aquello que se quiere obtener.

Autoestima

Existen varios conceptos de autoestima, sin embargo, todos coinciden en una idea central: es conocerse así mismo, es la función de velar por uno mismo, es auto-defenderse, valorarse, autoestimarse y auto-observarse. La autoestima es aprender a querernos, respetarnos y cuidarnos. Depende esencialmente de la educación en la familia, la escuela y el entorno. Constituye una actitud hacia sí mismo.

C. Rogers (1967) define la autoestima como “un conjunto organizado y cambiante de percepciones que se refiere al sujeto”, y señala que es “lo que el sujeto reconoce como descriptivo de sí y que él percibe como datos de identidad”.



Desde el punto de vista psicológico Yagosesky, R. (1998) define la autoestima como el resultado del proceso de valoración profunda, externa y personal que cada quien hace de sí mismo en todo momento, esté o no consciente de ello. Este resultado es observable, se relaciona con nuestros sentidos de valía, capacidad y merecimiento, y es a la vez causa de todos nuestros comportamientos.

La autoestima es un sentimiento valorativo de nuestro ser, de quiénes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad. Esta se aprende, cambia y se puede mejorar.

Está relacionada con el desarrollo integral de la personalidad en los niveles: ideológico, psicológico, social y económico. La autoestima es inherente a todos los seres humanos, es un

producto social que se desarrolla en la interacción hombre-mundo, en el proceso de la actividad y la experiencia social y canaliza la actividad del cuerpo y la mente de todas las personas. Su carácter social y desarrollador la provee de una extraordinaria significación para la educación de niños, adolescentes, jóvenes y adultos. La autoestima es de naturaleza dinámica, multi-dimensional y multi-causal, es decir, diversidad de influencias que la forman en interacción continua.

Desde la década de 1990, con el desarrollo de las corrientes pedagógicas cognitiva y humanista a finales del siglo XX, y por consiguiente el énfasis en la personalidad, el aprendiz y su proceso de aprendizaje, la autoestima ha pasado a engrosar las filas de los conceptos esenciales de la educación en el mundo de la pedagogía científica. Esto se debe a que en la época actual han aumentado las tensiones que intervienen en el dominio de las relaciones humanas debido al terrible progreso realizado por el hombre en el dominio del espacio, el átomo, la molécula y en el desarrollo de la ciencia y la técnica.

Para la pedagogía cubana, seguidora de las ideas humanistas de José Martí y otros pedagogos cubanos, del enfoque histórico-cultural de Vigotsky, y resultado de una rica experiencia pedagógica en la etapa revolucionaria desde 1959, la autoestima se convierte en objeto de estudio e investigación debido a su papel en la educación de las nuevas generaciones, en la formación de una cultura general e integral de la población y en la formación de una cultura general e integral de la población y en la instrumentación de principios pedagógicos como son el desarrollo de estrategias de aprendizaje, la unidad de lo cognitivo y lo afectivo, y la formación de un estudiante participante activo en la transformación de la sociedad.

Su importancia no se reduce a la escuela sino que es esencial en la educación familiar y en la educación comunitaria. Por otra parte no se limita a una etapa en la vida sino que constituye un detonador e impulsor de la actividad del individuo durante toda su vida: niño, adolescente, joven y adulto. La autoestima influye directamente en la identidad del maestro y del alumno, como expresión de las influencias históricas, sociológicas, psicológicas y culturales que le dan forma la identidad de ambos.

La autoestima alta es importante para todas las personas, específicamente para los docentes, pues le posibilita mayor seguridad, confianza a la hora de conducir el proceso de enseñanza aprendizaje, le permite tener una valoración propia de sus posibilidades de actuar en un momento dado a partir de sus conocimientos y de poder determinar hasta dónde puede llegar en una actividad determinada, le otorga más valor a lo que sabe y a lo que puede ofrecer, se propone nuevas metas, es más creativo y le inspira confianza y seguridad a los alumnos, lo cual le permite desarrollar con éxito su labor. De cómo el maestro percibe sus funciones y sus alumnos, es crítico para el éxito de la educación.

Sentido de vida

¿Cuál es el sentido de la vida? ¿Cuál es la razón de ser y la finalidad o propósito de la vida y de la existencia humana? ¿Por qué hay algo, y no más bien nada? ¿Qué es todo esto? ¿Por qué y para qué estamos aquí? ¿De dónde venimos? ¿A dónde vamos? ¿Cuál es nuestra función en la vida? ¿Todo acaba tras la muerte? ¿Es esto todo lo que hay: una vida incierta y breve, salpicada de dolores y alegrías, y más aún de momentos anodinos, en medio de dos oscuridades eternas? ¿Cuál es el sentido o el valor del sufrimiento? ¿Existe un objetivo último que pueda dar sentido a nuestras luchas y dolores, y dirección a nuestros anhelos y a nuestra acción?



La búsqueda de sentido quizá haya sido la indagación más apasionada del género humano, una búsqueda que ha constituido el aliento de incontables religiones y filosofías. Estas últimas, en todas las épocas y culturas, han buscado dar respuesta a preguntas como las anteriormente formuladas o al menos indagar en si es posible alcanzar tales respuestas, es decir, en si se trata de preguntas con sentido o sólo modos de hablar sin referente real.

Esas preguntas, como la propia filosofía, conciernen a todo ser humano en cuanto tal, aunque sólo unos pocos procedan a una elaboración de las mismas consciente y rigurosa. Dicho de otro modo: no es posible eludir dichas preguntas como no es posible escapar a la filosofía. No se ha

preguntado por el sentido de la vida únicamente allí donde la instalación problemática y acrítica del individuo en un determinado contexto socio-cultural con asunciones filosóficas y/o religiosas muy nítidas y unívocas, le ha proporcionado respuestas vicarias que han aplacado su propia indagación.

Durante muchos siglos la pregunta por el sentido de la vida encontró respuesta, dentro de nuestro marco cultural, en la existencia de un Creador del Cosmos, fundamento de todo lo existente, cuyo plan redentor rige la historia global e individual, garantizando la pervivencia tras la muerte y dotando de un significado particular a la vida presente, en especial, a sus aspectos más insatisfactorios o dolorosos. En efecto, para la visión del mundo cristiana, que dominó Europa desde el siglo IV hasta el siglo XVII, la existencia en su conjunto se hallaba



bajo la providencia de un dios personal; la vida en su totalidad y la vida de cada cual estaban sujetas a la economía y al gobierno divinos, a su voluntad inescrutable pero benéfica, y tenían, por tanto, un sentido y un propósito inequívocos. Buena parte de la filosofía de esos siglos, en su condición de sierva de la teología, sostuvo y buscó justificar racionalmente dicha visión del mundo a la que remitía en su pregunta por el sentido de la existencia humana.

Metodología

Se llevará a cabo por medio de guías previamente diseñadas por el equipo dinamizador del presente proyecto, buscando abordar temas referentes a la autoestima, autoconocimiento, reflexión, proyección, toma de decisiones y vocacionalidad, las cuales se desarrollarán una por periodo en compañía de cada docente de grado el día asignado según cronograma.

Algunas de estas actividades serán plasmadas en el cuaderno de proyecto de vida que llevarán los estudiantes desde grado 0° a 11° como motivación a los estudiantes para la continuación de este proceso anualmente se les entregará un sticker coleccionable para que lo peguen en su cuaderno de proyecto de vida.

El cierre de este proceso se realizará con la celebración del “día de las profesiones” jornada durante la cual los niños y niñas de las sedes irán vestidos de acuerdo con la actividad vocacional que quieren ejercer en un futuro. Este vestuario deberá realizarse en material reciclable, conforme con los parámetros establecidos en el tercer guía del proceso. Durante esta jornada se entregará a cada estudiante el sticker.

Con los grados décimo y once participarán en una jornada de orientación universitaria para la elección de carrera.

“Me proyecto para el futuro”

Cronograma

Preescolar

Fecha	Actividad	Responsables
Febrero 1 – Abril 30	Desarrollo guía número 1 de proyecto de vida. Taller de reconocimiento -Quien Soy	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Mayo 03 – Agosto 03	-Segunda guía de proyecto de vida. -Como Soy	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Agosto 17 – Noviembre 26	-Tercer guía de proyecto de vida. -Mi familia	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Noviembre (semana institucional)	Evaluación del proyecto	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.

Primero

Fecha	Actividad	Responsables
Febrero 1 – Abril 30	Desarrollo guía número 1 de proyecto de vida. Taller de reconocimiento -Que quiero ser	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Mayo 03 – Agosto 03	Segunda guía de proyecto de vida. -Mis amigos especiales	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Agosto 17 – Noviembre 26	-Tercer guía de proyecto de vida. -Mis emociones	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.

Noviembre (semana institucional)	Evaluación del proyecto	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
----------------------------------------	-------------------------	--------------------------------------------------------

Segundo

Fecha	Actividad	Responsables
Febrero 1 – Abril 30	Desarrollo guía número 1 de proyecto de vida. Taller de reconocimiento -El árbol de mi vida	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Mayo 03 – Agosto 03	Segunda guía de proyecto de vida. -Mis vecinos	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Agosto 17 – Noviembre 26	Tercer guía de proyecto de vida. -Me relaciono con mis vecinos	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Noviembre (semana institucional)	Evaluación del proyecto	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.

Tercero

Fecha	Actividad	Responsables
Febrero 1 – Abril 30	Desarrollo guía número 1 de proyecto de vida. Taller de reconocimiento -Lo que quiero ser	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Mayo 03 – Agosto 03	Segunda guía de proyecto de vida. -Mis responsabilidades	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Agosto 17 – Noviembre 26	Tercer guía de proyecto de vida. - Mis amigos	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.

Noviembre (semana institucional)	Evaluación del proyecto	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
----------------------------------------	-------------------------	--------------------------------------------------------

Cuarto

Fecha	Actividad	Responsables
Febrero 1 – Abril 30	Desarrollo guía número 1 de proyecto de vida. Taller de reconocimiento -¿y tú?	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Mayo 03 – Agosto 03	Segunda guía de proyecto de vida. -Mis gustos y disgustos	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Agosto 17 Noviembre 26	Tercer guía de proyecto de vida. -Un ejemplo a seguir	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Noviembre (semana institucional)	Evaluación del proyecto	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.

Quinto

Fecha	Actividad	Responsables
Febrero 1 – Abril 30	Desarrollo guía número 1 de proyecto de vida. Taller de reconocimiento -Mi línea de tiempo	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Mayo 03 – Agosto 03	Segunda guía de proyecto de vida. -¿Cuánto me conozco?	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Agosto 17 Noviembre 26	Tercer guía de proyecto de vida.	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.

Noviembre (semana institucional)	Evaluación del proyecto	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
----------------------------------------	-------------------------	--------------------------------------------------------

Sexto

Fecha	Actividad	Responsables
Febrero 1 – Abril 30	Desarrollo guía número 1 de proyecto de vida. Taller de reconocimiento -Reflexiones vocacionales existenciales	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Mayo 03 – Agosto 03	Segunda guía de proyecto de vida. -Mis necesidades Bio-Psicosociales.	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Agosto 17 – Noviembre 26	Tercer guía de proyecto de vida. -Desarrollo Socio-afectivo Derechos Asertivos	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Noviembre (semana institucional)	Evaluación del proyecto	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.

Séptimo

Fecha	Actividad	Responsables
Febrero 1 – Abril 30	Desarrollo guía número 1 de proyecto de vida. Taller de reconocimiento - Reflexiones vocacionales existenciales	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Mayo 03 – Agosto 03	Segunda guía de proyecto de vida. - Desarrollo Socio-afectivo Derechos Asertivos	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.

Agosto 17 – Noviembre 26	Tercer guía de proyecto de vida. -Desarrollo personal Auto entrevista	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Noviembre (semana institucional)	Evaluación del proyecto	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.

Octavo

Fecha	Actividad	Responsables
Febrero 1 – Abril 30	Desarrollo guía número 1 de proyecto de vida. Taller de reconocimiento Reflexiones vocacionales existenciales	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Mayo 03 – Agosto 03	Segunda guía de proyecto de vida. - Desarrollo Socio-afectivo Derechos Asertivos	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Agosto 17 – Noviembre 26	Tercer guía de proyecto de vida. - Desarrollo personal Auto entrevista	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Noviembre (semana institucional)	Evaluación del proyecto	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.

Noveno

Fecha	Actividad	Responsables
Febrero 1 – Abril 30	Desarrollo guía número 1 de proyecto de vida. Taller de reconocimiento	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Mayo 03 – Agosto 03	Segunda guía de proyecto de vida.	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.

Agosto 17 – Noviembre 26	Tercer guía de proyecto de vida.	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Noviembre (semana institucional)	Evaluación del proyecto	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.

Decimo

Fecha	Actividad	Responsables
Febrero 1 – Abril 30	Desarrollo guía número 1 de proyecto de vida. Taller de reconocimiento -Test de inteligencias múltiples.	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Mayo 03 – Agosto 03	Segunda guía de proyecto de vida. -- Desarrollo personal Auto entrevista	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Agosto 17 – Noviembre 26	Tercer guía de proyecto de vida. -Desarrollo personal Liderazgo juvenil	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Noviembre (semana institucional)	Evaluación del proyecto	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.

Once

Fecha	Actividad	Responsables
Febrero 1 – Abril 30	Desarrollo guía número 1 de proyecto de vida. Taller de reconocimiento -Lectura comprensiva “El Maestro Sufi”	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Mayo 03 – Agosto 03	Segunda guía de proyecto de vida. - Desarrollo personal Auto entrevista	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.

Agosto 17 Noviembre 26	Tercer guía de proyecto de vida. - Desarrollo personal Liderazgo juvenil	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.
Noviembre (semana institucional)	Evaluación del proyecto	Docente de cada grado y equipo de Proyecto de Vida.

Cronograma general

Fecha	Título	Desarrollo	Responsable
Enero 21	Proyecto de vida	Reunión de grupo por zoom para trabajar proyecto de vida.	Integrantes del proyecto de vida.
Febrero 8	Temas por grados	Desarrollo del proyecto por grados de 0 a 11.	Integrantes del proyecto de vida.
Octubre 20	Desarrollo de guías de trabajo de proyecto de vida de tercer periodo	Trabajar desarrollo de cada guía por cursos recibiendo evidencias.	Integrantes del proyecto de vida.

Bibliografía

Acosta R. & Hernández J. *La Autoestima En La Educación* recuperado en:

<http://www.redalyc.org/pdf/836/83601104.pdf>

Cabello P. *El Sentido De La Vida* recuperado en:

<http://www.redalyc.org/pdf/208/20807211.pdf>

Iriberri A., *¿Qué es un proyecto de vida?* recuperado en:

http://moodle2.unid.edu.mx/dts_cursos_mdl/lic/AE/VC/AM/AF/proyecto_de_vida_nuevo.pdf