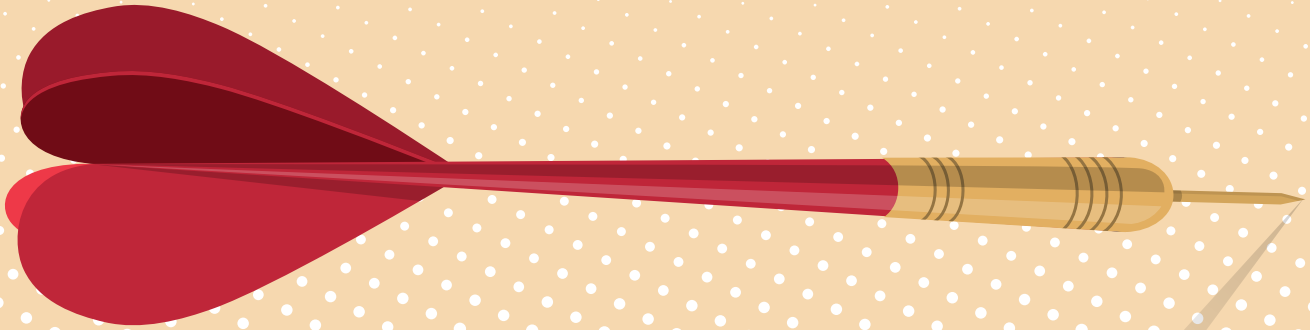


PROYECTO DE VIDA

FAVA - Formación en Ambientes Virtuales de Aprendizaje

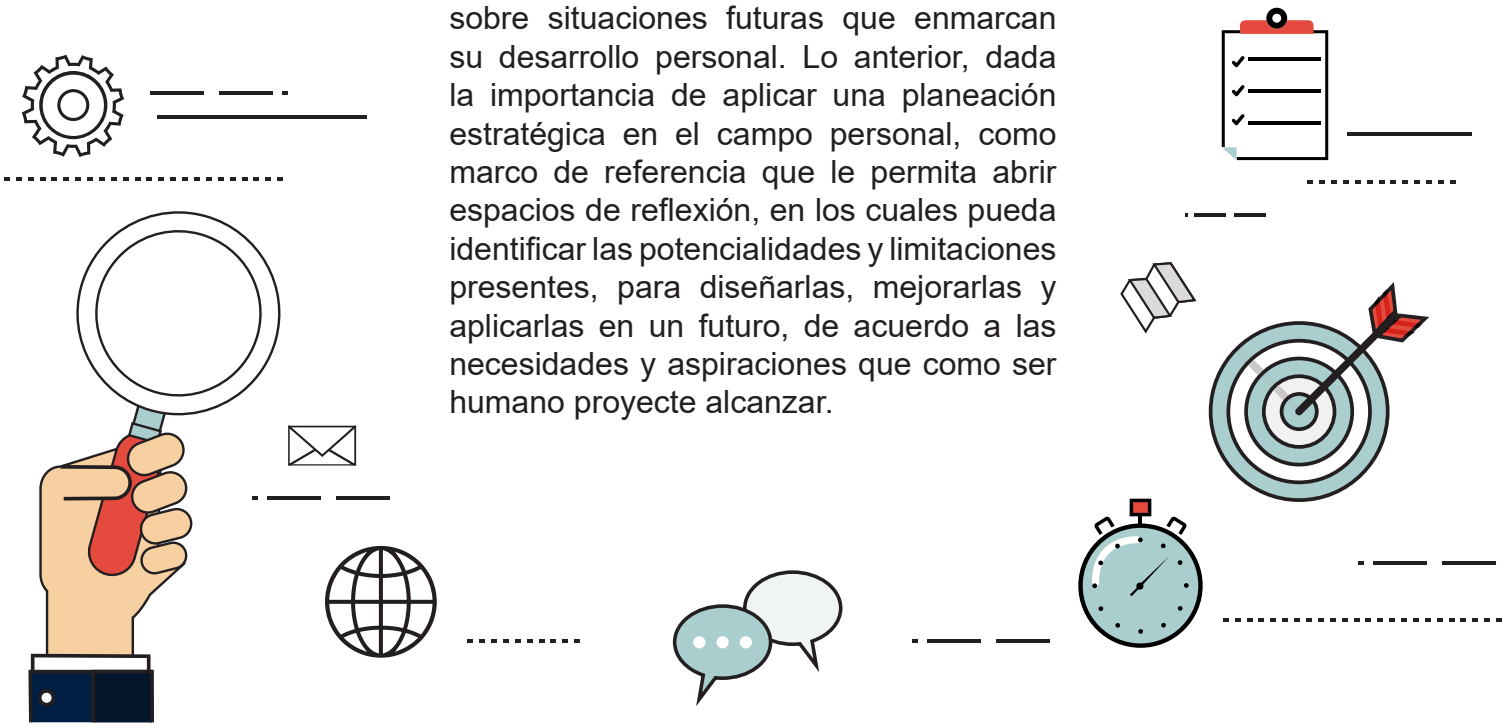
SENA - Servicio Nacional de Aprendizaje.

ESTRUCTURA DE CONTENIDOS

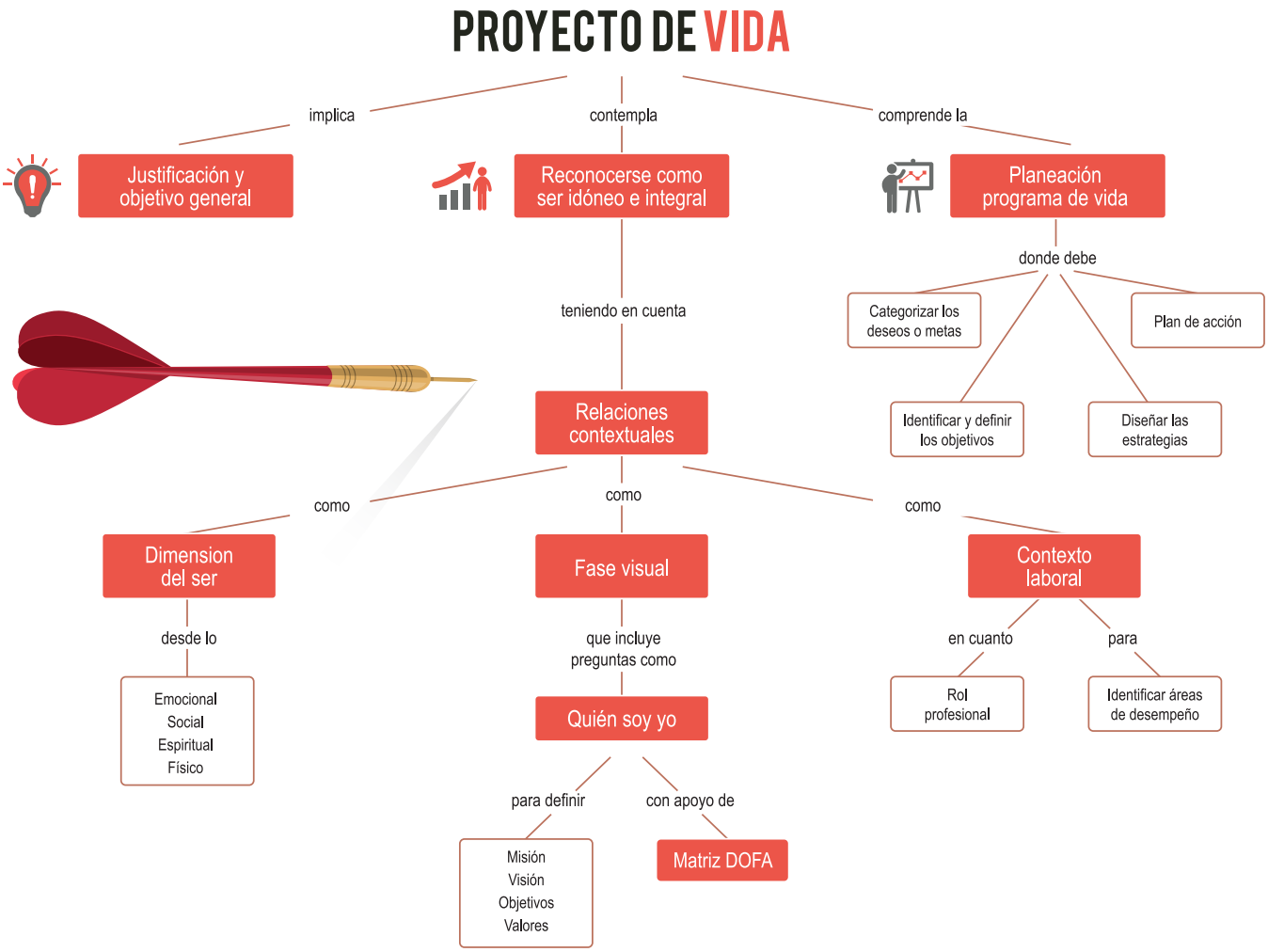
	Pág.
Introducción.	3
Mapa de contenido.	4
1 PROYECTO DE VIDA.	5
1.1 Justificación.	5
1.2 Objetivo general de un proyecto de vida.	6
1.3 Reconocerse a sí mismo y a su contexto.	6
1.4 Fase visual.	7
1.4.1 Quién soy yo.	7
1.4.2 Matriz DOFA.	9
1.5 Contexto laboral.	11
2 PLANEACIÓN DEL PROYECTO DE VIDA	11
2.1 Metodología.	12
2.1.1 Categorizar los deseos.	12
2.1.2 Identificar y definir los objetivos.	12
2.1.3 Estrategia.	13
2.1.4 Plan de Acción.	13
Glosario.	14
Bibliografía.	15
Control del documento.	16

INTRODUCCIÓN

El ser humano tiene en mente su proyecto de vida, pero no lo contextualiza, es una de las razones por las cuales no llega a los objetivos propuestos. Por lo tanto, es importante su elaboración, es decir, plasmarlo en blanco y negro para que este le permita efectuar análisis profundos sobre situaciones futuras que enmarcan su desarrollo personal. Lo anterior, dada la importancia de aplicar una planeación estratégica en el campo personal, como marco de referencia que le permita abrir espacios de reflexión, en los cuales pueda identificar las potencialidades y limitaciones presentes, para diseñarlas, mejorarlas y aplicarlas en un futuro, de acuerdo a las necesidades y aspiraciones que como ser humano proyecte alcanzar.



MAPA DE CONTENIDO



DESARROLLO DE CONTENIDOS

1. PROYECTO DE VIDA.

Consiste en un proceso ordenado que contiene un plan con actividades concretas que están interrelacionadas y coordinadas entre sí, con el fin de alcanzar unas metas definidas, enmarcadas en un tiempo y unos recursos.

1.1 Justificación.

Todo ser humano necesita asumir un rol activo, respecto a visionar su futuro, esto requiere de la reflexión acerca de sí mismo y de la realidad cotidiana, con la posibilidad de identificar conflictos propios y enfrentarse a un proceso de toma de decisiones. Para eso se debe contar con un pensamiento crítico, creativo y autónomo para redefinir su proyecto de vida. También se requiere de la integración de numerosos factores, para poder alcanzar las metas, sus deseos y todo ello fundamentado en los valores y principios adquiridos en la formación personal.



1.2 Objetivo general de un proyecto de vida.



Un gran propósito para elaborar un proyecto de vida, consiste en que el aprendiz logre interactuar consigo mismo, con los demás, se desarrolle y realice tanto personal como profesionalmente, según las exigencias del medio, en el cual pueda aplicar sus conocimientos, habilidades y destrezas en consecución de los objetivos propuestos, en los contextos laboral y social.

1.3 Reconocerse a sí mismo y a su contexto.

Inicialmente debe efectuar una introspección, es decir una mirada a su interior y al contexto o entorno al que pertenece. En esta fase se distinguen los siguientes aspectos: intelectuales, emocionales, culturales, espirituales y físico. En esta etapa no se deben emitir juicios, puesto que se debe partir con lo que se cuenta actualmente, independiente que se considere malo o bueno.

Definición de aspectos:

- **Intelectuales:** tiene que ver con la formación adquirida formal e informalmente, este proceso inicia desde la infancia y está en permanente desarrollo. Acá se analiza lo que sabe, conoce y la facilidad que tiene para aprender o adquirir determinados conocimientos.

  Entra en juego la teoría de las denominadas Inteligencias Múltiples, que se consideran como una red de conjuntos intelectuales, autónomos y potenciales en el ser humano, empleados para procesar la información y desarrollar la capacidad para resolver problemas.

- **Emocional:** para identificar este aspecto es necesario elaborar una lista, en la cual registra las debilidades y fortalezas. Este proceso es importante porque logra determinar quién es el ser humano.

- **Cultural:** se refiere al lugar que ocupa como ser humano en la sociedad. Está enmarcado por unas reglas mínimas de convivencia, establecidas por la sociedad en las cuales se determina que es lo bueno y lo que no lo es.

- **Espiritual:** este aspecto tiene que ver con lo inmaterial y depende de las creencias personales, dones sobrenaturales y todo aquello que considere sagrado.

- **Físico:** hace referencia a las características físicas y lo que se tiene, materialmente, tanto interno (salud) como externo, aspecto que hoy día hace parte de la definición del ser humano y se le ha denominado un organismo bio, psico, social.

1.4 Fase visual.

1.4.1 Quién soy yo.

Esta fase le permite reconocerse como persona, en lo intelectual, en ámbito general y en el campo creativo, identificar las características y ventajas que se tienen como emprendedor.

Pensamiento creativo: esta capacidad del ser humano se refiere a todo aquello que es traído a la existencia mediante la actividad del intelecto y consiste en desarrollar nuevos conceptos y habilidades para combinar nuevas ideas que van a satisfacer necesidades.

Emprendedor: se reconoce esta capacidad a la persona insatisfecha con lo que es y ha logrado y como consecuencia de ello se plantea nuevos retos y quiere alcanzar mayores logros.

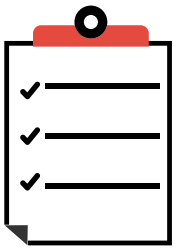
Características del emprendedor: es una persona creativa, maneja la información, usa la tecnología, maneja la resolución de problemas, formula proyectos, trabaja en equipo, tiene dominio personal, genera ideas creativas de negocio. Ahora tiene más amplios los conceptos respecto a saber quién es como persona.

Debe iniciar un proceso de identificación de su ser, empieza haciendo un cuestionamiento sobre sus debilidades, fortalezas, las posibles amenazas y oportunidades que pueda encontrar en el proceso de desarrollo del proyecto.

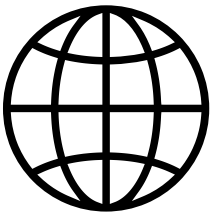
Definir una misión, visión, sus valores y los sueños u objetivos propuestos a corto, mediano y largo plazo.



- **Misión:** es la razón fundamental de ser. Consiste en hacer una declaración que le sirve para determinar cuál es la razón de ser y cómo se va a desarrollar como ser humano dentro del contexto social y productivo. Debe ser amplia, concreta, motivadora y que sea posible su realización, incluye una serie de interrogantes, a los cuales debe dar una respuesta. Estos interrogantes pueden estar orientados así: ¿Quiénes somos? ¿Qué buscamos? ¿Qué hacemos?, ¿Dónde lo hacemos?, ¿Por qué lo hacemos? y para ¿Quién lo hacemos? Es una base para montar la Planeación Estratégica.



- **Visión:** es una proyección hacia el futuro, consiste en una descripción positiva de lo que desea obtener y considera alcanzar, que le permita de manera exitosa cumplir con la misión propuesta en un periodo determinado. También contempla unas preguntas, las cuales deben tener una respuesta, pueden ser: ¿Qué metas se propone alcanzar? ¿Cómo va obtener esos resultados? ¿Cómo va a afrontar los cambios y adversidades? ¿Cómo va a ser una persona integral y competitiva? ¿Cuáles son sus Valores?



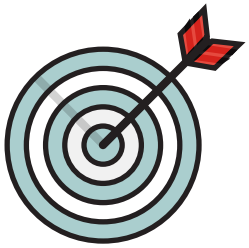
- **Valores Humanos:** se refiere a los actos que permiten la libre convivencia de los seres humanos en el planeta tierra. Son conceptos universales que controlan las acciones del ser humano y que trascienden más allá de las culturas y las sociedades. Los de mayor relevancia; creatividad, honestidad, tolerancia, igualdad, transparencia, justicia, oportunidades, autenticidad, paz, competitividad, solidaridad, responsabilidad, conducta ética, sabiduría, amistad, otros.







- **Metas, objetivos o propósitos:** es una expresión cualitativa de los propósitos o metas que pretende alcanzar. Esta fase es muy importante para el desarrollo del Proyecto de Vida, es acá donde se deben registrar todas aquellas metas a las que aspira lograr, pueden ser materiales, intelectuales, de realización personal, de comportamiento social. Para ayudar a definir las metas o propósitos puede guiarse por otros prototipos o patrones que le sirven como modelo, ya sea de personas o formas, estilos de vida de seres humanos de su entorno. Estos modelos se evalúan en los aspectos negativos y positivos, definiendo que gustaría adoptar de ese modelo y que no gustaría ser. Esta evaluación ayuda a definir la ruta a seguir.



1.4.2 Matriz DOFA.

Es una herramienta de gran utilidad para entender y tomar decisiones en toda clase de situaciones, tanto en las actividades personales como productivas. Permite diagnosticar las estrategias, posiciones y direcciones que debe tomar una empresa o individuo, es de gran utilidad para quienes llevan el control de la planeación en las empresas. Esta matriz es de ayuda en el sector productivo, porque permite efectuar un análisis de la situación externa e interna, con el fin de definir su visión y enfocar las estrategias a seguir en busca de los objetivos.



Se compone básicamente de dos variables; análisis interno y un análisis externo, cada uno de ellos contempla componentes que debemos identificar, analizar y evaluar.

- **Análisis Interno:** consta del componente Fortalezas y Debilidades.
- **Análisis Externo:** consta del componente Oportunidades y Amenazas.

Para iniciar con la dinámica del análisis interno, debe proceder a hacer una inspección de su interior y ser sincero consigo mismo, para determinar cuáles aspectos lo distancian de las metas y cuáles son las mayores fortalezas que van apoyar el proceso.

Con el análisis externo revisa todos los factores que pueden influir en la negación de su avance y los factores que pueden ofrecer ventajas para el logro de las metas.

Una vez se tenga respuesta a todos los interrogantes que surgen en cada análisis, procede a registrar en la gráfica (matriz), de manera resumida los términos que representan la respuesta a las preguntas planteadas.

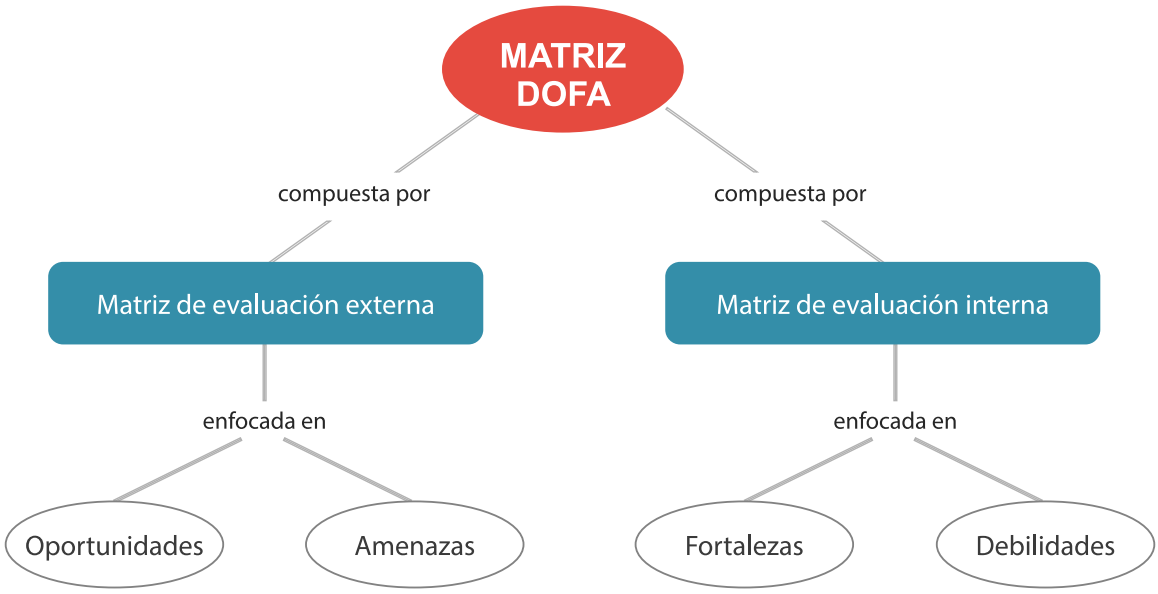
MATRIZ DOFA.

Etapa de análisis interno

FORTALEZAS	DEBILIDADES

Etapa de análisis externo

OPORTUNIDADES	AMENAZAS



1.5 Contexto laboral.

- **Rol Profesional:** el Rol se refiere a las funciones, actitudes que cada uno desempeña en su vida real. Respecto al Rol Profesional, hace referencia a las funciones que el individuo cumple en su actividad productiva y por lo general está prescrito, es decir, está condicionado a recibir órdenes o le indiquen que, como hacer las cosas, basados en sus conocimientos y cumpliendo de unos parámetros pres establecidos.
- **Identificar las áreas de desempeño ocupacional:** son las diferentes categorías de tareas, rutinas llevadas a cabo por las personas para satisfacer los requerimientos de los roles del desempeño ocupacional. Importante que el profesional ubique las áreas en que se puede desempeñar. Cuando el individuo está en periodo funcional, satisface las demandas y necesidades sociales mediante la participación productiva y recreativa, expresando sus motivaciones, necesidades, roles, hábitos y habilidades para realizar y verse inmerso en una ocupación.

2. Planeación del proyecto de vida.

Planear es prever el futuro. Consiste en la elaboración, desarrollo y puesta en marcha de los planes de acción con los cuales va a lograr los propósitos o metas planteadas.

Los planes de acción deben ser a corto, mediano y largo plazo, este instrumento debe permitir la medición del proceso en el alcance de los objetivos y debe contar con recursos para ejecutar el plan de acción, definiendo un tiempo y espacio determinado.

La Planeación no solo es una herramienta de vital importancia para el sector productivo, sino para el desarrollo de las comunidades y el individuo como persona. Requiere prever los posibles obstáculos que se presenten en la ejecución de los planes. Por último efectuar una evaluación de los resultados obtenidos.



2.1 Metodología.

Para estructurar un Proyecto de Vida, no solo se requiere describirse o reconocerse a sí mismo y al entorno, conocer cuáles son las metas, también se requiere diseñar una estrategia, para articular todos esos conceptos y llevarlos a su realización práctica.
Un procedimiento que ayuda a crear esa estrategia es el siguiente:

2.1.1 Categorizar los deseos.

Elaborar una lista de las cosas que le gusta hacer e igualmente las que nos le gusta hacer.



Ejemplo de categorías:

- Cosas que hace y quiere seguir haciendo.
- Cosas que hace y quisiera dejar de hacer.
- Cosas que no hace y que le gustaría hacer.
- Cosas que hace y que no le gustaría hacer.

Debe empezar a registrar una serie de pensamientos o respuestas a cada una de las categorías anteriores, agruparlas y relacionarlas entre sí.

2.1.2 Identificar y definir los objetivos.

Una vez agrupadas las ideas por categorías, se deben redefinir sus aspectos e interpretarlos en positivo, así logra uno o varios objetivos por cada categoría. Si los propósitos u objetivos registran variaciones durante el lapso, esto indica el tamaño y fortaleza con que debe preparar la estrategia, en el plan de acción.



Características de los objetivos.

Deben ser claros, concretos que respondan a una problemática.

Razonables, enfocados al logro y no a la actividad, por lo tanto, las palabras como; coordinar, apoyar, colaborar, capacitar no deben utilizarse para definir resultados.

Los Objetivos pueden ser Generales o Específicos.

- **Generales:** enfocados a solucionar un problema central o situación futura y debe expresarse en términos de resultados con el fin de facilitar su evaluación.

- **Específicos:** se refiere a los que se direccionan en busca de resultados cuantificables cuando se está desarrollando y ejecutando la estrategia planeada.

Para cada objetivo se debe definir un plan de trabajo detallado de las actividades y su grado de responsabilidad.

Factores de estos objetivos.

- Apropiados a los problemas, objetivos generales y estrategias.
- Medibles, que se pueda hacer seguimiento y evaluación.
- Temporales, que cuenten con un tiempo determinado para su logro.
- Concretos o específicos, para evitar diferentes interpretaciones.
- Alcanzables, que se puedan realizar o ejecutar.

2.1.3 Estrategia.

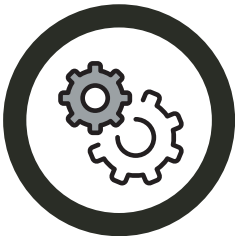


Se requiere crear una estrategia, la cual consiste en registrar paso a paso la ruta que va a seguir para llegar a los objetivos. Se deben tener en cuenta las actividades que va a realizar y medir que tanto es factible lograrlo. Cuando observe que la posibilidad o factibilidad de lograr un objetivo, es remota, debe pensar en fortalecer más la estrategia.

Las estrategias deben contener unas tareas puntuales a realizar y presentarlas en forma ordenada y priorizadas.

Recuerde que la estrategia comprende las actividades que se deben realizar o ejecutar para llegar a los objetivos.

2.1.4 Plan de Acción.



Propone una forma de alcanzar los objetivos estratégicos que se establecieron previamente.
Es necesario definir un cronograma para el logro de cada objetivo. Igualmente se deben establecer tiempos más cortos para cada actividad a realizar.

En el proceso de ejecución de las actividades podrá encontrar obstáculos para el logro de los objetivos, esto ocurre porque la vida es un proceso dinámico y no esta estandarizada o formateada y no todo se puede controlar. Cuando se han ejecutado todas las actividades y se presentan estas situaciones, es una alarma para evaluar el rumbo a seguir.

GLOSARIO

Categorización: consiste en la recolección y clasificación de la información de manera ordenada.

DOFA: son las siglas utilizadas para referirse a herramienta analítica, que le permitirá trabajar con toda la información que posee sobre un negocio o actividad productiva, de igual manera le será útil para la vida personal. En esta fase podrá examina sus fortalezas, amenazas, debilidades y oportunidades.

Estrategia: plan de acción que contiene una serie de conceptos y acciones, claramente definidos y cuyo fin es la consecución de los objetivos.

Metodología: ciencia que consta de métodos y técnicas, que se aplican sistemáticamente durante un proceso de investigación o para solucionar una problemática.

Misión: consiste en la forma como va a trasladar la visión de la vida en ideas concretas y realizables. Debe ser motivadora para tener claro lo que realmente queremos enfocar. Por eso es importante aprender a ser y a conocerse a sí mismo.

Objetivo: formulación de metas o propósitos a alcanzar, fundamentales en la etapa de Planeación, puede estar en diferentes ámbitos, porque se plantea de forma abstracta, pero luego puede concretarse o no en la realidad, todo dependiendo que tan exitoso es el proceso de realización.

Planeación: define paso a paso como se va a llevar un proceso en busca de unos objetivos, puede tener una duración variable y le permite tomar decisiones a tiempo.

Proyecto de Vida: es un plan diseñado, o un esquema vital que encaja en el orden de prioridades, valores y expectativas de un ser humano, que le permite identificar un por qué y un para qué y con esto le da sentido al presente, pero sin perder de vista que el futuro se construye día a día.

Visión: se refiere a tener en mente la imagen futura de la persona o actividad productiva, teniendo en cuenta el entorno real en el que se desenvuelve. Será la guía o carta de navegación en el desarrollo del proyecto de vida profesional.

BIBLIOGRAFÍA

Fred R. David. (2000). *Conceptos de Administración Estratégica.* Edit. Prentice Hall,México.

Hill Charles. (2000). *Administración Estratégica.* Edit. Mc Graw-Hill, México.

CONTROL DEL DOCUMENTO

CONSTRUCCIÓN OBJETO DE APRENDIZAJE

PROYECTO DE VIDA	
Centro de Servicios Empresariales y Turísticos Regional Santander	
Expertos temáticos:	Jairo Figueroa Chaparro - V1 César Hernández Flórez - V2
Centro Industrial de Mantenimiento Integral - CIMI Regional Santander	
Líder línea de producción:	Santiago Lozada Garcés
Asesores pedagógicos:	Rosa Elvia Quintero Guasca Claudia Milena Hernández Naranjo
Diseño multimedia:	Eulises Orduz Amezquita
Programador:	Francisco José Lizcano Reyes
Producción de audio:	Víctor Hugo Tabares Carreño

creative commons

BY NC SA

Este material puede ser distrubuido, copiado y exhibido por terceros si se muestra en los créditos. No se puede obtener ningún beneficio comercial y las obras derivadas tienen que estar bajo los mismo términos de la licencia que el trabajo original.