Implementación de procesos pedagógicos y didácticos de la sesión formativa
Formación complementaria
Red de Pedagogía

GESTIÓN DE LA FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL TALLER DE APRENDIZAJE		
Denominación del programa o módulo de formación:	APLICA A TODOS LOS PROGRAMAS DE FORMACION AREA TRANSVERSAL	
Actividad técnica de aprendizaje - ATA:	Proyectar sus objetivos de vida con base en prioridades, valores y expectativas (ikigai) a partir de una valoración adecuada de sí mismo y de los demás, en el contexto social y productivo	
Nombre del taller:	Proyecto de vida	N° 1
Objetivo de aprendizaje del taller:	Comprender la importancia de trazar un plan de vida con base en prioridades, valores y expectativas a partir de una valoración adecuada de sí mismo y de los demás, en el contexto social y productivo.	
Descripción del taller:	1 Un proyecto o plan de vida es un conjunto de, ideas, deseos y estrategias relacionadas con aquello que una persona quiere llevar a cabo en distintos momentos de su vida. Es una herramienta para definir sus propias metas y definir acciones para aumentar las probabilidades de alcanzarlas. 2 El proyecto de vida es un instrumento de dirección, que da sentido a la vida del individuo y lo motiva a conseguir sus metas y orientar sus acciones en distintos ámbitos como el laboral, académico, familiar, social, etc. Nos ayuda a definir qué nos apasiona, en qué nos gustaría trabajar, en qué somos buenos, cual puede ser una misión personal. 3 El proyecto de vida nos ayuda a determinar cómo llevar a la práctica aquello que deseamos lograr. Es decir, cuáles son nuestras principales fortalezas, qué esfuerzos necesitamos realizar, qué recursos podemos utilizar y con qué apoyos podemos contar para alcanzar nuestros propósitos.	
Preparación (Recursos y medios):	Pliegos de papel o cartulina, lápiz, borrador, colores de diversos usos (lápices, crayones, etc.) Formato IKIGAI (anexo) Computador, acceso a internet (virtual)	
Tiempo de ejecución	Comprender la importancia de trazar un plan de vida con base en prioridades, valores y expectativas a partir de una valoración adecuada de sí mismo y de los demás, en el contexto social y productivo.	
Bibliografía y webgrafía:	https://www.psicok.es/psicok-blog/2018/8/12/piramide-maslow https://blogs.publico.es/strambotic/2019/06/ikigai/ https://centrodepsicologiayfamilia.com/2019/07/10/cual-es-tu-ikigaipara-que-vives/ https://www.cuerpomente.com/psicologia/desarrollo-personal/ikigai-secreto-japones-vivir-mas-mejor_1204	

DESARROLLO DEL TALLER

1. Describiendo mis sueños y visiones
Estimado aprendiz, en una hoja o pliego en blanco dibuje libremente sus sueños y visiones de futuro. Utilice colores o pinturas que tenga a la mano, tenga en cuenta áreas como trabajo, estudios, familia, social, etc. y trate de escribir lo menos posible. Este dibujo deberá contener su nombre y fecha y ser anexado como evidencia (tomarle una foto o escanearlo). Puede ser socializado con sus compañeros según lo indique el instructor. (60 minutos)

2. IKIGAI
A partir del dibujo anterior, traslade al siguiente cuadro (Anexo) los sueños y visiones que tienen que ver con estas dimensiones:

- Aquello que ama (qué le apasiona).
- Para lo que es bueno.
- Aquello que necesita el mundo que usted puede proporcionarle y
- Por lo que le pueden pagar.

Si en algún área no hay claridad en sus preferencias o conceptos, simplemente es que por ahora no ha considerado dicho aspecto.
Recuerde, este es un ejercicio de reflexión y por tanto es dinámico, no es una tarea que hay que diligenciar. Puede que al considerar ciertas dimensiones, sea necesario regresar a una anterior y modificarla. (60 minutos)

3. ¿Cómo llevar a cabo su proyecto en las áreas de visión?
A continuación, de acuerdo con lo descrito en el cuadro anterior, debe dibujar en un árbol las acciones, el costo aproximado y los esfuerzos a realizar en cada una de las dimensiones descritas para hacerlas realidad. El árbol deberá ser anexado como evidencia (tomarle una foto o escanearlo). Puede ser socializado con sus compañeros según lo indique el instructor (60 minutos)
Encabezado: Nombre y fecha
Flores: cuales son mis cualidades o capacidades (Lo que más amas, en lo que eres bueno, lo que el mundo necesita que tú puedes aportar, por lo que te pueden pagar)
Frutos: Metas que quieres lograr por ejemplo, carrera universitaria, etc.)
Escalera: Recostada en el árbol, en los peldaños se describen los esfuerzos por hacer (Costos aproximados en dinero, tiempo, compartir menos con la familia, etc. un peldaño para cada meta)
Tronco: Qué sostiene mi vida, mis principales fortalezas (valores, cualidades, conocimientos)
Raíces: Lugar de nacimiento, con quienes cuento (familia, pareja, etc.)

	Nombre completo de quien elabora el cambio y centro de formación al que pertenece	Fecha
Control de documento:	HENRY NAVARRO	2024